

**МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"**

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	<b>40</b>
<i>Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43, Калорийность-410	<b>200</b>
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	<b>200</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	<b>60</b>
<i>Огурец свежий ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-2, Калорийность-8	<b>50</b>
<i>Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	<b>180</b>
<i>Рис припущенный ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-200	<b>150</b>
<i>Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-137	<b>200</b>
<i>Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-184	<b>80</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-39	<b>100</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	<b>180</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	<b>40</b>

Подпись/Расшифровка

*Мушников Е.А. Мушников*

М.П.

**МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"**

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	<b>40</b>
<i>Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43, Калорийность-410	<b>200</b>
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	<b>200</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	<b>60</b>
<i>Огурец свежий ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-2, Калорийность-8	<b>50</b>
<i>Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	<b>180</b>
<i>Рис припущенный ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-200	<b>150</b>
<i>Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-137	<b>200</b>
<i>Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН</i>	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-184	<b>80</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-39	<b>100</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	<b>180</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	<b>40</b>

Подпись/Расшифровка

*Мушиков Е.А. Мушиков*

М.П.