

## МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 12 "АЛЕНУШКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u><b>Завтрак</b></u>		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Каши вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-7, Углеводы-51, Калорийность-333	200
<u><b>Обед</b></u>		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
Суп картофельный с лапшой домашней ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-132	200
Биточки из птицы ЭТАЛОН	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-254	80
Рагу из овощей ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-166	150
Кисель из яблок ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
<u><b>Завтрак №2</b></u>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u><b>Полдник</b></u>		
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
Булочка домашняя ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196, Вит.С-5	50

Подпись/Расшифровка




# МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 12 "АЛЕНУШКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-1, Углеводы-7, Калорийность-29	150
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Каши вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38, Калорийность-250	150
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50	25
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53	25
Суп картофельный с лапшой домашней ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-132	150
Биточки из птицы ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-159	60
Рагу из овощей ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-18, Калорийность-202	120
Кисель из яблок ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-74	150
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<b><u>Полдник</u></b>		
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, Калорийность-68	150
Булочка домашняя ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196, Вит.С-5	50

Подпись/Расшифровка

*С. Хаф-А. Ханжамон*

