

# 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-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43, Калорийность-410	200
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Рис припущенный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-200	150
Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-137	200
Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-184	80
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<b><u>Полдник</u></b>		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	180
Пряники в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	40

Подпись, Расшифровка

*С.А. Наумова*

