

# 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>		
<b>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<b>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	<b>40</b>
<b>Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН</b>	Белки-11, Жиры-21, Углеводы-16, Калорийность-280	<b>106</b>
<b>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</b>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	<b>200</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<b>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	<b>60</b>
<b>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН</b>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-68	<b>200</b>
<b>Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН</b>	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-312	<b>150</b>
<b>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН</b>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-212	<b>80</b>
<b>Кисель из яблок ЭТАЛОН</b>	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	<b>180</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<b>Сок фруктовый в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	<b>180</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<b>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	<b>40</b>
<b>Чай с молоком ЭТАЛОН</b>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	<b>200</b>

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>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Чай с лимоном ЭТАЛОН</i>	, Калорийность-	<b>150</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	<b>30</b>
<i>Сыр Российский ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-, Калорийность-18	<b>10</b>
<i>Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН</i>	Белки-8, Жиры-16, Углеводы-12, Калорийность-211	<b>80</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<i>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-5, Калорийность-51	<b>150</b>
<i>Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН</i>	Белки-5, Жиры-8, Углеводы-40, Калорийность-250	<b>120</b>
<i>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН</i>	Белки-8, Жиры-12, Углеводы-13, Калорийность-193	<b>60</b>
<i>Кисель из яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-74	<b>150</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Сок фруктовый в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-73	<b>150</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	<b>40</b>
<i>Чай с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-1, Углеводы-1, Калорийность-68	<b>150</b>



*С.М.А. Н.А. Н.А. Н.А.*