

# 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>Чай с сахаром ЭТАЛОН</b>	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	<b>200</b>
<b>Вареники ленивые отварные с маслом ЭТАЛОН</b>	Белки-17, Жиры-8, Углеводы-17, Калорийность-193	<b>120</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<b>Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН</b>	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	<b>180</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<b>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<b>Компот из свежих яблок ЭТАЛОН</b>	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	<b>180</b>
<b>Плов из птицы ЭТАЛОН</b>	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-46, Калорийность-459	<b>160</b>
<b>Суп картофельный с мясными фрикадельками ЭТАЛОН</b>	Белки-10, Жиры-7, Углеводы-23, Калорийность-108	<b>200</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<b>Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)</b>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	<b>180</b>
<b>Пирожок печеный с повидлом ЭТАЛОН</b>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-81	<b>50</b>

Подпись/Расшифровка

*С. Шаф С.А. Напханов*



# 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
Вареники ленивые отварные с маслом ЭТАЛОН	Белки-14, Жиры-5, Углеводы-15, Калорийность-161	100
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-26, Калорийность-68	150
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	150
Плов из птицы ЭТАЛОН	Белки-19, Жиры-23, Углеводы-32, Калорийность-408	140
Суп картофельный с мясными фрикадельками ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-17, Калорийность-81	150
<b><u>Полдник</u></b>		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-102	150
Пирожок печеный с повидлом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-81	50

Подпись/Расшифровка


