

# 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>		
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-47, Калорийность-325	<b>200</b>
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	<b>40</b>
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	<b>15</b>
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-79	<b>180</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	<b>75</b>
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	<b>30</b>
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	<b>30</b>
Биточки из птицы ЭТАЛОН	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-254	<b>100</b>
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	<b>180</b>
Суп картофельный с лапшой домашней ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-132	<b>1 000</b>
Рагу из овощей ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-166	<b>1 000</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	<b>50</b>
Ряженка ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-99	<b>180</b>

Подпись

Расшифровка



М.П.



# 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>		
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-35, Калорийность-244	<b>150</b>
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	<b>30</b>
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-, Калорийность-18	<b>10</b>
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-66	<b>150</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-6, Калорийность-33, Вит.С-3	<b>50</b>
<b><u>Обед</u></b>		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50	<b>25</b>
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53	<b>25</b>
Биточки из птицы ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-10, Углеводы-10, Калорийность-159	<b>1 000</b>
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	<b>150</b>
Суп картофельный с лапшой домашней ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-132	<b>1 000</b>
Рагу из овощей ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-18, Калорийность-202	<b>1 000</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	<b>50</b>
Ряженка ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-83	<b>150</b>

Подпись/Расшифровка *С.Нарф-С.А.Наймамак*

