



**МКДОУ детский сад №12 "Аленушка"**

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	<b>5</b>
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	<b>40</b>
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-114	<b>200</b>
Какао с молоком сгущенным ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-110	<b>180</b>
<b><u>Обед</u></b>		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-133	<b>150</b>
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	<b>180</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>
Овощи натур.соленые(огурцы) ЭТАЛОН	, Калорийность-	<b>30</b>
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-88	<b>200</b>
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-204	<b>80</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	<b>75</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	<b>180</b>
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	<b>40</b>

Подпись Растищевой

*С.Н. Растищевой*

М.П.

