

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 12 "АЛЕНУШКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u>Завтрак</u>		
Яйцо вареное вкрутую ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-, Калорийность-63	40
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Икра кабачковая ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200
<u>Обед</u>		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-133	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Рассольник ленинградский ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-110	200
Котлета "Пермская" ЭТАЛОН	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-10, Калорийность-202	80
<u>Завтрак №2</u>		
Сок фруктовый в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	180
<u>Полдник</u>		
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	180

Подпись Растифорова



М.П.

