

# 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 ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-114	200
Какао с молоком сгущенным ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17, Калорийность-110	180
<b><u>Обед</u></b>		
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 ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-88	200
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-204	80
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<b><u>Полдник</u></b>		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	180
Сдоба обыкновенная ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-148	50



Подпись/Расшифровка

*С. Шаф С.А. Чепухина*

# 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 ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-86	150
Какао с молоком сгущенным ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-92	150
<b><u>Обед</u></b>		
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-15, Калорийность-63	150
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50	25
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53	25
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1, Калорийность-66	150
Картофель отварной с маслом ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-117	120
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-153	60
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<b><u>Полдник</u></b>		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-146	150
Сдоба обыкновенная ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-148	50



*С. А. Навка*