

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

| Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>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,<br>Калорийность-33                             | 30        |
| Чай с сахаром ЭТАЛОН                                     | Белки-, Жиры-1, Углеводы-7, Калорийность-29                                    | 150       |
| Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром ЭТАЛОН | Белки-6, Жиры-6, Углеводы-33, Калорийность-225                                 | 150       |
| <b><u>Обед</u></b>                                       |  |           |
| Суп из овощей ЭТАЛОН                                     | Белки-1, Жиры-3, Углеводы-9, Калорийность-65                                   | 150       |
| 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,<br>Калорийность-408                            | 140       |
| <b><u>Завтрак №2</u></b>                                 |  |           |
| Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН              | Белки-1, Углеводы-26, Калорийность-68  | 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

М.П.



И. Ханг-М. Ханганова

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

| Наименование блюда                                       | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>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 пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)                    | Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95                                   | <b>40</b>  |
| Чай с сахаром ЭТАЛОН                                     | Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38                                     | <b>200</b> |
| Каша пшеничная молочная вязкая с маслом и сахаром ЭТАЛОН | Белки-9, Жиры-8, Углеводы-45, Калорийность-300                                 | <b>200</b> |
| <b><u>Обед</u></b>                                       |  |            |
| Суп из овощей ЭТАЛОН                                     | Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-87,<br>Вит.С-9                      | <b>200</b> |
| Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)                    | Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106   | <b>50</b>  |
| Компот из свежих яблок ЭТАЛОН                            | Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122  | <b>180</b> |
| Плов из птицы ЭТАЛОН                                     | Белки-22, Жиры-24, Углеводы-46,<br>Калорийность-459                            | <b>160</b> |
| <b><u>Завтрак №2</u></b>                                 |  |            |
| Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН              | Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82  | <b>180</b> |
| <b><u>Полдник</u></b>                                    |  |            |
| Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)                             | Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102                                 | <b>180</b> |
| Пирожок печеный с повидлом ЭТАЛОН                        | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-81                                  | <b>50</b>  |

Подпись/Расшифровка

*С. Ханг С.В. Ханганок*

М.П.

