

M. J.

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>		
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-8, Углеводы-33, Калорийность-308	150
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	150
<u>Обед</u>		
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	150
Рис припущенный ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34, Калорийность-186	130
Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-4, Углеводы-14, Калорийность-103	150
Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9, Калорийность-115	60
<u>Завтрак №2</u>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Полдник</u>		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-146	150
Пряники в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-110, Вит.С-6	30

Подпись/Расшифровка


