

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u>Завтрак</u>		
<i>Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-35, Калорийность-244	<i>150</i>
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	<i>30</i>
<i>Сыр Российский ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	<i>15</i>
<i>Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-66	<i>150</i>

Обед

Хлеб ржсной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50	25
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53	25
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-200	60
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	150
Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-72	150
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-82	120

Завтрак №2

Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	75
---	--------------------------------------	-----------

Полдник

Ряженка ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-83	150
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	50

Подпись/Расшифровка

S. Harp - S. A. Hancock



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

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
--------------------	--	-----------

Завтрак

Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-47, Калорийность-325	200
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-79	180

Обед

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
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-96	200
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-120	150

Завтрак №2

Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	75
--------------------------------------	--------------------------------------	----

Полдник

Ряженка ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-99	180
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	50

Подпись/Расшифровка

