

# 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>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	<b>30</b>
<i>Оладьи с повидлом ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-350	<b>120</b>
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	<b>150</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-15, Калорийность-63	<b>150</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<i>Картофель отварной с маслом ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-117	<b>120</b>
<i>Котлеты рыбные ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-164	<b>60</b>
<i>Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-70	<b>150</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-39	<b>100</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-102	<b>150</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-110, Вит.С-6	<b>30</b>

Подпись/Расшифровка

М.П.



*И. Наум - Л.А. Намжанок*

# 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>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Чай с лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-11, Калорийность-46, Вит.С-3	<b>200</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	<b>40</b>
<i>Оладьи с повидлом ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-350	<b>120</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Картофель отварной с маслом ЭТАЛОН</i>	, Калорийность-	<b>150</b>
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	<b>180</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<i>Котлеты рыбные ЭТАЛОН</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-219	<b>80</b>
<i>Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16, Калорийность-93	<b>200</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	<b>75</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	<b>180</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	<b>40</b>

Подпись Расшифровка



М.П.

