

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 103 "ЧЕБУРАШКА"

ГОРОД МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда

эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),
витамины (мг), микроэлементы (мг)

Выход (г)

Завтрак

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
Запеканка из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН	Белки-24, Жиры-10, Углеводы-40, Калорийность-348	120
Какао с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-85	180

Обед

Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-113	200
Макаронные отварные с маслом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-195	130

Завтрак №2

Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
---	---------------------------------------	-----

Полдник

Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Булочка "Умница" йод ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-91	50

Подпись/Расшифровка

М.П.