

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 103 "ЧЕБУРАШКА"

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

Подпись/Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 103 "ЧЕБУРАШКА" ГОРОД 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
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
<u>Обед</u>		
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, Калорийность-408	140
<u>Завтрак №2</u>		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-26, Калорийность-68	150
<u>Полдник</u>		
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.

ГОРОД МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ
МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 103 "ЧЕБУРАШКА"