

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-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-1, Углеводы-7, Калорийность-29	150
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-86	150

Обед

Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-15, Калорийность-63	150
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50	25
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53	25
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-1, Калорийность-66	150
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-19, Калорийность-117	120
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-7, Калорийность-153	60

Завтрак №2

Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
--------------------------------------	-------------------------------------	----

Полдник

Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-146	150
Сдоба обыкновенная ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-148	50

Подпись/Расшифровка

М.П.



ГОРОД МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ
МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 103 "ЧЕБУРАШКА"

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 ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Суп молочный с макаронными изделиями ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-17, Калорийность-114	200
<u>Обед</u>		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-133	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
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
Борщ с капустой и картофелем со сметаной ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-12, Калорийность-88	200
Зразы рыбные с яйцом ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-204	80
<u>Завтрак №2</u>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Полдник</u>		
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	180
Сдоба обыкновенная ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-3, Углеводы-24, Калорийность-148	50

Подпись/Расшифровка

М.П.

