

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 10 СОЛНЫШКО'ПОС. АНДЖИЕВСКИЙ

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

Завтрак

Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-9, Углеводы-35, Калорийность-244	150 13
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30 1.9
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15 1.4
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-66	150 9.2

Обед

Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50	25 1.6
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53	25 1.8
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-200	60 3.2
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 6.9
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-82	120 1.1

Завтрак №2

Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	75 1.0
--------------------------------------	--------------------------------------	--------

Полдник

Ряженка ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-83	150 1.8
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	50 5.1

Подпись/Расшифровка

Заведующий

Земар Ломашов Н.Б.

126,38

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 10 СОЛНЫШКО ПОС. АНДЖИЕВСКИЙ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
Завтрак		
Каши жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-47, Калорийность-325	200 189
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40 256
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15 119
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-79	180 194
Обед		
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30 132
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30 2
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80 50,44
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180 502
Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-96	200 8,18
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-120	150 1483
Завтрак №2		
Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	75 1062
Полдник		
Ряженка ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-99	180 1893
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	50 5,12

Подпись/Расшифровка

заведующий Лариса Леонаковна Ш.Б. 156,13

М.П.

