

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 10 СОЛНЫШКО ПОС. АНДЖИЕВСКИЙ

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	5 420
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30 2
Оладьи с повидлом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-350	120 8,16
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	150 2,9
Обед		
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-15, Калорийность-63	150 36
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50 33
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-106	120 135
Котлеты рыбные ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-10, Углеводы-7, Калорийность-164	60 24
Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-2, Углеводы-12, Калорийность-70	150 4,7
Завтрак №2		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-39	100 11,9
Полдник		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-102	150 148
Пряники в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-110, Вит.С-6	30 6,3

Подпись/Расшифровка

М.П.



заведующая

Людмила Семёновна Д.Б. 970

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u>Завтрак</u>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5 42
<i>Чай с лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-11, Калорийность-46, Вит.С-3	200 30
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40 21
<i>Оладьи с повидлом ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-350	120 81
<u>Обед</u>		
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-133	150 12
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180 4
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50 3
<i>Котлеты рыбные ЭТАЛОН</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-219	80 25
<i>Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16, Калорийность-93	200 6
<u>Завтрак №2</u>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75 85
<u>Полдник</u>		
<i>Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	180 12
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	40 8

Подпись/Расшифровка



М.П.