

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 10 СОЛНЫШКО ПОС. АНДЖИЕВСКИЙ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u>Завтрак</u>		
Яйцо вареное вкрутую ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-, Калорийность-63	40 104
Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5 485
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30 132
Икра кабачковая ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60 16,1
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	150 293
<u>Обед</u>		
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-15, Калорийность-63	150 36
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50 333
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-15, Калорийность-106	120 1386
Котлета Пермская ЭТАЛОН	Белки-10, Жиры-9, Углеводы-7, Калорийность-152	60 388
Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-8, Калорийность-72, Вит.С-11	150 268
<u>Завтрак №2</u>		
Сок в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-1, Углеводы-18, Калорийность-73	150 198
<u>Полдник</u>		
Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40 104
Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9, Калорийность-146	150 225

Подпись/Расшифровка

М.П.



Лист 1

145,14

Подпись/Расшифровка

М.П.