

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 31 "АЛЁНУШКА" С. МАРЬИНЫ КОЛОДЦЫ

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
Чай с лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-11, Калорийность-46, Вит.С-3	200
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Оладьи с повидлом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-65, Калорийность-	120/10
<u>Завтрак №2</u>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Обед</u>		
Картофель отварной с маслом ЭТАЛОН	, Калорийность-	150
Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Котлеты рыбные ЭТАЛОН	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-	80
Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-16, Калорийность-93	200
<u>Полдник</u>		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-	175
Пряники в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-	40

Подпись/Расшифровка

Н.С.Крусс

М.П.

