

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
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Каша вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-	200
<u>Завтрак №2</u>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Обед</u>		
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-	30
Суп картофельный с лапшой домашней	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-	200
Биточки из птицы ЭТАЛОН	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-	95
Рагу из овощей ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-	150
Кисель из яблок ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
<u>Полдник</u>		
Чай с молоком ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
Булочка домашняя ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность- 196, Вит.С-5	50

Подпись/Расшифровка

Н.С.Крусс

М.П.

