

МБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 19 "КОЛОБОК" П. ЗАГОРСКИЙ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u>Завтрак</u>		
<i>Яйцо вареное вкрутую ЭТАЛОН</i>	Белки-5, Жиры-5, Углеводы-, Калорийность-63	40
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
<i>Икра кабачковая ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Жиры-3, Углеводы-4, Калорийность-43	60
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200
<u>Завтрак №2</u>		
<i>Сок в ассортименте ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-1, Углеводы-21, Калорийность-88	180
<u>Обед</u>		
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-133	150
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
<i>Котлета "Пермская" ЭТАЛОН</i>	Белки-13, Жиры-12, Углеводы-10, Калорийность-202	80
<i>Борщ вегетарианский мелкошинкованный со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-5, Углеводы-11, Калорийность-95, Вит.С-14	200
<u>Полдник</u>		
<i>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	180

Подпись/Расшифровка _____

М.П.