

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>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>Запеканка из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-24, Жиры-10, Углеводы-40, Калорийность-348	120
<i>Какао с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-12, Калорийность-85	180
<u>Завтрак №2</u>		
<i>Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
<u>Обед</u>		
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
<i>Котлета из говядины ЭТАЛОН</i>	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80
<i>Компот из свежих яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
<i>Борщ с фасолью и картофелем со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16, Калорийность-113	200
<i>Макароны отварные с маслом ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-32, Калорийность-195	130
<u>Полдник</u>		
<i>Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
<i>Булочка "Умница" йод ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15, Калорийность-91	50

Подпись/Расшифровка _____

М.П.