



# МБДОУ ДЕТСКИЙ САД № 33 "РАДУГА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

| Наименование блюда                             | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),<br>витамины (мг), микроэлементы (мг) | Выход (г)  |
|--|--|------------|
| <b><u>Завтрак</u></b>                          |  |            |
| Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН | Белки-6, Жиры-0, Углеводы-31, Калорийность-244                                 | <b>150</b> |
| Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)             | Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60                                   | <b>30</b>  |
| Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН              | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-66                                  | <b>150</b> |
| <b><u>Обед</u></b>                             |  |            |
| Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)             | Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-50                                   | <b>25</b>  |
| Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)          | Белки-2, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-53                                   | <b>25</b>  |
| Котлета из говядины ЭТАЛОН                     | , Калорийность-  | <b>60</b>  |
| Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН             | Белки-, Углеводы-17, Калорийность-102  | <b>150</b> |
| Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН             | Белки-2, Жиры-2, Углеводы-10, Калорийность-72                                  | <b>150</b> |
| Капуста тушеная ЭТАЛОН                         | Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13, Калорийность-82                                  | <b>120</b> |
| <b><u>Завтрак №2</u></b>                       |  |            |
| Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)           | Белки-, Углеводы-6, Калорийность-33, Рит.С-3                                   | <b>50</b>  |
| <b><u>Полдник</u></b>                          |  |            |
| Ряженка ЭТАЛОН                                 | Белки-4, Жиры-5, Углеводы-6, Калорийность-83                                   | <b>150</b> |
| Коржики молочные ЭТАЛОН                        | Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187                                 | <b>50</b>  |

Подпись/Расшифровка \_\_\_\_\_

М.П.

