

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

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
Каша пшенная молочная вязкая с маслом и сахаром ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-45, Калорийность-300	200
<u>Завтрак №2</u>		
Напиток овощной в асс. готовое блюдо ЭТАЛОН	Белки-1, Углеводы-31, Калорийность-82	180
<u>Обед</u>		
Суп из овощей ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-11, Калорийность-87, Вит.С-9	200
Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	50
Компот из свежих яблок ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-32, Калорийность-122	180
Плов из птицы ЭТАЛОН	Белки-22, Жиры-24, Углеводы-46, Калорийность-459	160
<u>Полдник</u>		
Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	180
Пирожок печеный с повидлом ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-5, Углеводы-49, Калорийность-81	50

Подпись/Расшифровка



М.П.

69

МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
<u>Завтрак</u>		
Каша жидкая молочная пшеничная с маслом ЭТАЛОН	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-47, Калорийность-325	200
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Сыр Российский ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
Кофейный напиток с молоком ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-79	180
<u>Завтрак №2</u>		
Бананы свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-11, Калорийность-57	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-33	30
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Суп картофельный с клецками ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-3, Углеводы-14, Калорийность-96	200
Капуста тушеная ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-14, Калорийность-120	150
<u>Полдник</u>		
Ряженка ЭТАЛОН	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-7, Калорийность-99	180
Коржики молочные ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-6, Углеводы-27, Калорийность-187	50

Подпись: Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

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-350	120
<u>Завтрак №2</u>		
Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Обед</u>		
Пюре картофельное ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-5, Углеводы-19, Калорийность-133	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-219	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-102	180
Пряники в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	40

Подпись/Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

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

Подпись/Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

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 пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
<i>Чай с сахаром ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
<i>Сыр Российский ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Калорийность-53	15
<i>Каша вязкая молочная рисовая ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-237	200
<u>Завтрак №2</u>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Обед</u>		
<i>Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-2, Жиры-, Углеводы-12, Калорийность-60	30
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, Жиры-20, Углеводы-30, Калорийность-33	30
<i>Суп картофельный с лапшой домашней ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-132	200
<i>Биточки из птицы ЭТАЛОН</i>	Белки-14, Жиры-15, Углеводы-15, Калорийность-254	80
<i>Рагу из овощей ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-11, Углеводы-14, Калорийность-166	150
<i>Кисель из яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
<u>Полдник</u>		
<i>Чай с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200
<i>Булочка домашняя ЭТАЛОН</i>	Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30, Калорийность-196, Вит.С-5	50

Подпись/Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	зн. 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



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
--------------------	--	-----------

Завтрак

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
Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН	Белки-3, Жиры-4, Углеводы-21, Калорийность-184	200
Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200

Завтрак №2

Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
--------------------------------------	-------------------------------------	----

Обед

Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	180
Рис припущенный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32, Калорийность-200	150
Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-4, Углеводы-19, Калорийность-137	200
Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН	Белки-11, Жиры-9, Углеводы-12, Калорийность-184	80

Полдник

Молоко кипяченое ЭТАЛОН	Белки-6, Жиры-6, Углеводы-94, Калорийность-94	180
Пряники в ассортименте ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-24, Калорийность-146	40

Подпись/Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)	Выход (г)
--------------------	--	-----------

Завтрак

Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	5
Хлеб ржаной ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-3, Жиры-, Углеводы-16, Калорийность-80	40
Чай с сахаром ЭТАЛОН	Белки-, Жиры-, Углеводы-9, Калорийность-38	200
Сырники из творога со сгущенным молоком ЭТАЛОН	Белки-15, Жиры-10, Углеводы-23, Калорийность-179	100

Завтрак №2

Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
--------------------------------------	-------------------------------------	----

Обед

Компот из сухофруктов ЭТАЛОН	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	180
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-33	30
Котлета из говядины ЭТАЛОН	Белки-16, Жиры-18, Углеводы-18, Калорийность-265	80
Суп картофельный с вермишелью ЭТАЛОН	Белки-2, Жиры-2, Углеводы-14, Калорийность-84	200
Каша пшеничная рассыпчатая ЭТАЛОН	Белки-7, Жиры-5, Углеводы-43, Калорийность-224	150

Полдник

Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)	Белки-5, Жиры-6, Углеводы-49, Калорийность-102	180
Крендель сахарный ЭТАЛОН	Белки-4, Жиры-6, Углеводы-29, Калорийность-182	50

Подпись, Расшифровка

М.П.



МКДОУ ДЕТСКИЙ САД № 62 "ЗВЁЗДОЧКА" Г. МИНЕРАЛЬНЫЕ ВОДЫ

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 пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	40
<i>Омлет натуральный с маслом сливочным ЭТАЛОН</i>	Белки-11, Жиры-21, Углеводы-16, Калорийность-280	106
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	200
<u>Завтрак №2</u>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	75
<u>Обед</u>		
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, Жиры-1, Углеводы-25, Калорийность-127	60
<i>Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-4, Углеводы-7, Калорийность-68	200
<i>Каша гречневая рассыпчатая ЭТАЛОН</i>	Белки-7, Жиры-11, Углеводы-50, Калорийность-312	150
<i>Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом ЭТАЛОН</i>	Белки-11, Жиры-13, Углеводы-14, Калорийность-212	80
<i>Кисель из яблок ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-21, Калорийность-88	180
<u>Полдник</u>		
<i>Печенье сдобное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-235	40
<i>Чай с молоком ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-32, Калорийность-91	200

Подпись/Расшифровка

М.П.

