

# САД

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Чай с лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-11, Калорийность-46, Вит.С-3	<b>200</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	<b>40</b>
<i>Оладьи с повидлом ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-8, Углеводы-63, Калорийность-350	<b>120</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	<b>75</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	Белки-3, жиры-3, углеводы-19, Калорийность-133	<b>150</b>
<i>Кислота аскорбиновая Эталон (блюдо)</i>	, Калорийность-	<b>1 000</b>
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-1, Жиры-, Углеводы-18, Калорийность-76	<b>180</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<i>Котлеты рыбные ЭТАЛОН</i>	Белки-12, Жиры-15, Углеводы-9, Калорийность-219	<b>80</b>
<i>Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН</i>	Белки-2, жиры-2, углеводы-16, Калорийность-93	<b>200</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, жиры-6, углеводы-49, Калорийность-102	<b>180</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, жиры-2, углеводы-24, Калорийность-146	<b>40</b>

# Ясли

Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г),	Выход (г)
<b><u>Завтрак</u></b>		
<i>Масло сливочное ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Жиры-4, Углеводы-, Калорийность-38	<b>5</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-10, жиры-20, углеводы-30, калорийность-33	<b>30</b>
<i>Оладьи с повидлом ЭТАЛОН</i>	Белки-9, жиры-8, углеводы-65, калорийность-350	<b>120</b>
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-7, Калорийность-30	<b>150</b>
<b><u>Завтрак №2</u></b>		
<i>Яблоки свежие ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-, Углеводы-8, Калорийность-30	<b>75</b>
<b><u>Обед</u></b>		
<i>Компот из сухофруктов ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-15, Калорийность-63	<b>150</b>
<i>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<i>Пюре картофельное ЭТАЛОН</i>	, Калорийность-	<b>120</b>
<i>Котлеты рыбные ЭТАЛОН</i>	Белки-9, жиры-10, углеводы-7, калорийность-164	<b>60</b>
<i>Суп картофельный с крупой ЭТАЛОН</i>	Белки-1, жиры-2, углеводы-12, калорийность-70	<b>150</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Кефир ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, жиры-6, углеводы-7, калорийность-102	<b>150</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-110, Вит.С-6	<b>30</b>