

# 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>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-3, Жиры-, Углеводы-19, Калорийность-95	<b>40</b>
<i>Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН</i>	Белки-9, Жиры-11, Углеводы-43, Калорийность-410	<b>200</b>
<i>Чай с сахаром и лимоном ЭТАЛОН</i>	Белки-, Жиры-, Углеводы-10, Калорийность-40, Вит.С-1	<b>200</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>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-5, жиры-1, углеводы-25, Калорийность-127	<b>60</b>
<i>Кислота аскорбиновая Эталон (блюдо)</i>	, Калорийность-	<b>1 000</b>
<i>Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-122	<b>180</b>
<i>Рис припущенный ЭТАЛОН</i>	Белки-4, жиры-4, углеводы-32, Калорийность-200	<b>150</b>
<i>Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН</i>	Белки-6, жиры-4, углеводы-19, Калорийность-137	<b>200</b>
<i>Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН</i>	Белки-11, жиры-9, углеводы-12, Калорийность-184	<b>80</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-6, жиры-6, углеводы-94, Калорийность-94	<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>Каша манная молочная жидкая ЭТАЛОН</i>	Белки-7, Жиры-8, углеводы-33, Калорийность-308	<b>150</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>Хлеб пшеничный ЭТАЛОН (готовое блюдо)</i>	Белки-4, Углеводы-32, Калорийность-106	<b>50</b>
<i>Напиток из плодов шиповника ЭТАЛОН</i>	Белки-, Углеводы-27, Калорийность-102	<b>150</b>
<i>Рис припущенный ЭТАЛОН</i>	Белки-3, жиры-4, углеводы-34, Калорийность-186	<b>130</b>
<i>Суп картофельный с бобовыми ЭТАЛОН</i>	Белки-3, жиры-4, углеводы-14, Калорийность-103	<b>150</b>
<i>Тефтели рыбные с соусом ЭТАЛОН</i>	Белки-6, жиры-6, углеводы-9, Калорийность-115	<b>60</b>
<b><u>Полдник</u></b>		
<i>Молоко кипяченое ЭТАЛОН</i>	Белки-3, жиры-3, углеводы-9, Калорийность-146	<b>150</b>
<i>Пряники в ассортименте ЭТАЛОН</i>	Белки-2, Жиры-1, Углеводы-23, Калорийность-110, Вит.С-6	<b>30</b>