МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

06.02.2026 (3-7лет, 1пт)

# (3-7лет)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---|---|---|
| | **Завтрак1** | |
| 200 | **Суп молочный с крупой**<br>молоко, крупа ячневая, масло сливочное, сахар | кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5 |
| 40 | **Бутерброды с маслом**<br>батон пшеничный, масло сливочное | кКал-136, Белки-2, Жиры-8, Угл-15 |
| 180 | **Какао с молоком**<br>молоко, сахар, какао порошок | кКал-107, Белки-4, Жиры-3, Угл-16, Витамин С-1 |
| | **Итого за Завтрак1** | кКал-905, Белки-30, Жиры-36, Угл-115, Витамин С-6 |
| | **Завтрак2** | |
| 160 | **Сок** | кКал-75, Угл-17, Витамин С-2 |
| | **Итого за Завтрак2** | кКал-75, Угл-17, Витамин С-2 |
| | **Обед** | |
| 180 | **Суп картофельный с клецками**<br>картофель, лук репчатый, морковь, крупа манная, масло растительное, зелень, яйцо, масло сливочное | кКал-346, Белки-8, Жиры-12, Угл-50, Витамин С-23 |
| 72 | **Котлета рубленная из птицы или кролика**<br>куры, молоко, хлеб пшеничный, мука пшеничная , масло растительное, чеснок | |
| 133 | **Пюре картофельное**<br>картофель, молоко, масло сливочное | кКал-122, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16 |
| 60 | **Салат из белокочанной капусты**<br>капуста белокочанная, морковь, соль, сахар, масло растительное, зелень, кислота лимонная | кКал-37, Белки-1, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-15 |
| 30 | **Хлеб пшеничный** | кКал-68, Белки-3, Угл-14 |
| 32 | **Хлеб ржаной** | кКал-63, Белки-2, Угл-13 |
| 180 | **Компот из свежемороженых ягод**<br>плоды и ягоды быстрозам., сахар | кКал-56, Угл-14 |
| | **Итого за Обед** | кКал-692, Белки-17, Жиры-18, Угл-113, Витамин С-54 |
| | **Полдник** | |
| 85 | **Пудинг из творога с яблоками**<br>творог 9 %, яблоки, сметана 15%, сахар, мука пшеничная , яйцо, масло сливочное, ванильный сахар | кКал-118, Белки-7, Жиры-6, Угл-8, Витамин С-1 |
| 23 | **Молоко сгущённое** | |
| 180 | **Простокваша** | кКал-90, Белки-5, Жиры-5, Угл-[illegible], Витамин С-1 |
| | **Итого за Полдник** | кКал-208, Белки-12, Жиры-11, [illegible]-15, Витамин С-2 |
| | **Итого за день** | кКал-1 880, Белки-59, Жиры-65, [illegible]гл-260, Витамин С-64 |

кладовщик _____ Дидо[illegible]ко Л.М. _____ _____