

ТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ "ДС №11
"ораблик"

28.01.2026 (1,5-3 года, 2ср)

(1,5-3 года)

ыход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
Завтрак1		
180	Суп молочный манный молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное	кКал-119, Белки-5, Жиры-5, Угл-14, Витамин С-1
37	Бутерброд с сыром батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное	кКал-61, Белки-2, Жиры-6
160	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-38, Угл-9, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-218, Белки-7, Жиры-11, Угл-23, Витамин С-4
Завтрак2		
94	мандарины	кКал-78, Белки-1, Угл-18
Итого за Завтрак2		кКал-78, Белки-1, Угл-18
Обед		
160	Борщ с фасолью и картофелем свекла, картофель, морковь, лук репчатый, фасоль, томатная паста, масло растительное, зелень, чеснок, сахар, соль	кКал-420, Белки-13, Жиры-18, Угл-52, Витамин С-22
4	Сметана 15% жир	кКал-6, Жиры-1
115	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное	кКал-105, Белки-2, Жиры-4, Угл-16, Витамин С-14
48	Шницель рыбный натуральный филе минтая, мука пшеничная, лук репчатый, молоко, яйцо, масло растительное	кКал-57, Белки-6, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
40	Салат из белокочанной капусты капуста свежая, морковь, сахар, масло растительное, соль, кислота лимонная	кКал-25, Жиры-1, Угл-3, Витамин С-10
28	Хлеб пшеничный	кКал-64, Белки-2, Угл-13
28	Хлеб ржаной	кКал-55, Белки-2, Угл-11
160	Компот из свежемороженных ягод плоды и ягоды быстрозам., сахар	кКал-50, Угл-12
Итого за Обед		кКал-782, Белки-25, Жиры-26, Угл-111, Витамин С-47
Полдник		
51	Сдоба покупная	
159	Кофейный напиток с молоком напиток, сахар, кофейный напиток	кКал-74, Белки-2, Жиры-2, Угл-11, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-74, Белки-2, Жиры-2, Угл-11, Витамин С-1
Итого за день		кКал-1152, Белки-35, Жиры-39, Угл-163, Витамин С-52
кладовщик _____ Дилоренко Л М _____		

УТВЕРЖДАЮ Заведующий МБДОУ "ДС №11
Кораблик"

28.01.2026 (3-7лет, 2ср)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
<u>Завтрак1</u>		
200	Суп молочный манный молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное	кКал-132, Белки-5, Жиры-5, Угл-16, Витамин С-1
48	Бутерброд с сыром батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное	кКал-79, Белки-3, Жиры-8
180	Чай с лимоном сахар, лимоны, чай	кКал-42, Угл-11, Витамин С-3
Итого за Завтрак1		кКал-253, Белки-8, Жиры-13, Угл-27, Витамин С-4
<u>Завтрак2</u>		
100	мандарины	кКал-83, Белки-1, Угл-20
Итого за Завтрак2		кКал-83, Белки-1, Угл-20
<u>Обед</u>		
180	Борщ с фасолью и картофелем свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, чеснок, зелень, сахар, соль	кКал-473, Белки-14, Жиры-20, Угл-58, Витамин С-25
7	Сметана 15% жир	кКал-11, Жиры-1
130	Пюре картофельное картофель, молоко, масло сливочное	кКал-119, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16
68	Шницель рыбный натуральный филе минтая, мука пшеничная, лук репчатый, молоко, яйцо, масло растительное	кКал-81, Белки-9, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-2
51	Салат из белокочанной капусты капуста свежая, морковь, соль, масло растительное, сахар, кислота лимонная	кКал-32, Белки-1, Жиры-2, Угл-3, Витамин С-13
34	Хлеб пшеничный	кКал-78, Белки-3, Угл-15
34	Хлеб ржаной	кКал-67, Белки-2, Угл-14
180	Компот из свежемороженных ягод ягоды и ягоды быстрозам., сахар	кКал-56, Угл-14
Итого за Обед		кКал-917, Белки-32, Жиры-30, Угл-128, Витамин С-56
<u>Полдник</u>		
51	Сдоба покупная	
179	Кофейный напиток с молоком молоко, сахар, кофейный напиток	кКал-84, Белки-3, Жиры-2, Угл-13, Витамин С-1
Итого за Полдник		кКал-84, Белки-3, Жиры-2, Угл-13, Витамин С-1
Итого за день		кКал-1337, Белки-44, Жиры-45, Угл-188, Витамин С-61

кладовщик _____ Дидоренко Л М