МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

07.10.2026 (1,5-3 года, 1ср)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
175	***Суп молочный манный*** *молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное*	кКал-115, Белки-5, Жиры-4, Угл-14, Витамин С-1
41	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
160	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3
	Итого за Завтрак1	кКал-293, Белки-8, Жиры-12, Угл-39, Витамин С-4
	Завтрак2	
68	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-30, Угл-7, Витамин С-7
	Итого за Завтрак2	кКал-30, Угл-7, Витамин С-7
	Обед	
161	***Суп картофельный с рыбными фрикадельками*** *филе горбуши, лук репчатый, перец сладкий, соль, яйцо, картофель, морковь, масло растительное*	кКал-4, Угл-1
110	***Пюре картофельное*** *картофель, молоко, масло сливочное*	кКал-101, Белки-2, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-13
54	***Шницель рыбный натуральный*** *филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная , молоко, соль, яйцо, масло растительное*	кКал-55, Белки-6, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
39	***Салат из капусты белокочанной с растительным маслом*** *капуста белокочанная, морковь, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль*	кКал-39, Белки-1, Жиры-3, Угл-3, Витамин С-27
160	***Компот из сухофруктов*** *сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная*	кКал-50, Угл-12
27	***Хлеб пшеничный***	кКал-62, Белки-2, Угл-12
25	***Хлеб ржаной***	кКал-49, Белки-2, Угл-10
	Итого за Обед	кКал-360, Белки-13, Жиры-9, Угл-57, Витамин С-41
	Полдник	
59	***Омлет паровой с мясом*** *яйцо, филе куриное, молоко, масло сливочное*	кКал-87, Белки-6, Жиры-7, Угл-1
33	***Овощи консервированные***	кКал-4, Угл-1, Витамин С-2
25	***Хлеб ржаной***	кКал-49, Белки-2, Угл-10
160	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	кКал-43, Угл-11
	Итого за Полдник	кКал-183, Белки-8, Жиры-7, Угл-23, Витамин С-2
	Итого за день	кКал-866, Белки-29, Жиры-28, Угл-126, Витамин С-54

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

07.10.2026 (3-7лет, 1ср)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
195	**Суп молочный манный** *молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное*	кКал-129, Белки-5, Жиры-5, Угл-16, Витамин С-1
41	**Бутерброды с маслом** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
180	**Чай с лимоном** *сахар, лимоны, чай*	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
	Итого за Завтрак1	кКал-312, Белки-8, Жиры-13, Угл-42, Витамин С-4
	Завтрак2	
78	**Плоды и ягоды свежие**	кКал-34, Угл-8, Витамин С-8
	Итого за Завтрак2	кКал-34, Угл-8, Витамин С-8
	Обед	
181	**Суп картофельный с рыбными фрикадельками** *филе горбуши, лук репчатый, перец сладкий, соль, яйцо, картофель, морковь, масло растительное*	кКал-4, Угл-1
130	**Пюре картофельное** *картофель, молоко, масло сливочное*	кКал-119, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16
72	**Шницель рыбный натуральный** *филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная , молоко, яйцо, масло растительное, соль*	кКал-73, Белки-8, Жиры-2, Угл-5, Витамин С-2
60	**Салат из капусты белокочанной с растительным маслом** *капуста белокочанная, морковь, масло растительное, соль, сахар, кислота лимонная*	кКал-60, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-42
180	**Компот из сухофруктов** *сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная*	кКал-56, Угл-14
39	**Хлеб пшеничный**	кКал-89, Белки-3, Жиры-1, Угл-18
30	**Хлеб ржаной**	кКал-59, Белки-2, Угл-12
	Итого за Обед	кКал-460, Белки-17, Жиры-11, Угл-73, Витамин С-60
	Полдник	
79	**Омлет паровой с мясом** *яйцо, филе куриное, молоко, масло сливочное*	кКал-117, Белки-7, Жиры-9, Угл-1
38	**Овощи консервированные**	кКал-5, Угл-1, Витамин С-2
30	**Хлеб ржаной**	кКал-59, Белки-2, Угл-12
180	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	кКал-48, Угл-12
	Итого за Полдник	кКал-229, Белки-9, Жиры-9, Угл-26, Витамин С-2
	Итого за день	кКал-1 035, Белки-34, Жиры-33, Угл-149, Витамин С-74

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.