МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

08.10.2026 (1,5-3 года, 1чт)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
178	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа пшенная, масло сливочное, сахар*	кКал-589, Белки-21, Жиры-23, Угл-75, Витамин С-4
31	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-105, Белки-2, Жиры-6, Угл-11
157	***Какао с молоком*** *молоко, сахар, какао порошок*	кКал-93, Белки-3, Жиры-3, Угл-14, Витамин С-1
	Итого за Завтрак1	кКал-787, Белки-26, Жиры-32, Угл-100, Витамин С-5
	Завтрак2	
80	***Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром***	кКал-66, Белки-1, Угл-16
	Итого за Завтрак2	кКал-66, Белки-1, Угл-16
	Обед	
161	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *перец сладкий, капуста белокочанная, картофель, соль, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, чеснок*	кКал-55, Белки-1, Жиры-3, Угл-5, Витамин С-12
6	***Сметана 15% жир***	кКал-10, Жиры-1
149	***Плов*** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, чеснок, лавровый лист*	кКал-312, Белки-16, Жиры-15, Угл-27, Витамин С-15
50	***помидор свежий***	кКал-12, Белки-1, Угл-2
32	***Хлеб ржаной***	кКал-63, Белки-2, Угл-13
30	***Хлеб пшеничный***	кКал-68, Белки-3, Угл-14
160	***Компот из свежих плодов*** *слива, яблоки, сахар, кислота лимонная*	кКал-434, Белки-1, Жиры-1, Угл-106, Витамин С-8
	Итого за Обед	кКал-954, Белки-24, Жиры-20, Угл-167, Витамин С-35
	Полдник	
80	***Кондитерские изделия***	кКал-127, Белки-2, Жиры-3, Угл-23
163	***Кисломолочный продукт***	кКал-93, Белки-7, Жиры-2, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-220, Белки-9, Жиры-5, Угл-33, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-2 027, Белки-60, Жиры-57, Угл-316, Витамин С-41

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

08.10.2026 (3-7лет, 1чт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
198	**Суп молочный с крупой** *молоко, крупа пшенная, масло сливочное, сахар*	кКал-655, Белки-24, Жиры-25, Угл-83, Витамин С-5
41	**Бутерброды с маслом** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
177	**Какао с молоком** *молоко, сахар, какао порошок*	кКал-105, Белки-4, Жиры-3, Угл-15, Витамин С-1
	Итого за Завтрак1	кКал-899, Белки-31, Жиры-36, Угл-113, Витамин С-6
	Завтрак2	
80	**Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром**	кКал-66, Белки-1, Угл-16
	Итого за Завтрак2	кКал-66, Белки-1, Угл-16
	Обед	
180	**Щи из свежей капусты с картофелем** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, перец сладкий, масло растительное, соль, томатная паста, чеснок*	кКал-61, Белки-1, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-13
8	**Сметана 15% жир**	кКал-13, Жиры-1
180	**Плов** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, чеснок, лавровый лист*	кКал-377, Белки-20, Жиры-18, Угл-33, Витамин С-19
60	**помидор свежий**	кКал-14, Белки-1, Угл-2
37	**Хлеб ржаной**	кКал-73, Белки-2, Угл-15
38	**Хлеб пшеничный**	кКал-87, Белки-3, Жиры-1, Угл-17
180	**Компот из свежих плодов** *слива, яблоки, сахар, кислота лимонная*	кКал-488, Белки-1, Жиры-1, Угл-119, Витамин С-9
	Итого за Обед	кКал-1 113, Белки-28, Жиры-25, Угл-192, Витамин С-41
	Полдник	
80	**Кондитерские изделия**	кКал-127, Белки-2, Жиры-3, Угл-23
173	**Кисломолочный продукт**	кКал-99, Белки-7, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-226, Белки-9, Жиры-6, Угл-33, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-2 304, Белки-69, Жиры-67, Угл-354, Витамин С-48

кладовщик _____ Дидоренко Л.М. _____ _____