МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

13.10.2026 (1,5-3 года, 2вт)

# (1,5-3 года)

| Выход (г) | Наименование блюда | эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг) |
|---|---|---|
| | **Завтрак1** | |
| 180 | **Суп молочный с крупой**<br>*молоко, крупа пшенная, масло сливочное, сахар* | кКал-596, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4 |
| 31 | **Бутерброды с маслом**<br>*батон пшеничный, масло сливочное* | кКал-105, Белки-2, Жиры-6, Угл-11 |
| 154 | **Какао с молоком**<br>*молоко, сахар, какао порошок* | кКал-91, Белки-3, Жиры-3, Угл-13, Витамин С-1 |
| | **Итого за Завтрак1** | кКал-792, Белки-27, Жиры-32, Угл-100, Витамин С-5 |
| | **Завтрак2** | |
| 68 | **Плоды и ягоды свежие** | кКал-30, Угл-7, Витамин С-7 |
| | **Итого за Завтрак2** | кКал-30, Угл-7, Витамин С-7 |
| | **Обед** | |
| 159 | **Суп картофельный с бобовыми**<br>*картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль* | кКал-84, Белки-3, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-4 |
| 172 | **Овощи (кабачки, баклажаны, перец или помидоры) фаршированные мясом и рисом**<br>*перец сладкий, говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), лук репчатый, сметана 15%, крупа рисовая, мука пшеничная , масло сливочное, томатная паста, соль* | кКал-112, Белки-8, Жиры-5, Угл-8 |
| 16 | **Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)** | кКал-59, Белки-2, Угл-12 |
| 24 | **Хлеб ржаной** | кКал-47, Белки-1, Угл-10 |
| 160 | **Компот из свежих плодов**<br>*слива, яблоки, сахар, кислота лимонная* | кКал-434, Белки-1, Жиры-1, Угл-106, Витамин С-8 |
| | **Итого за Обед** | кКал-736, Белки-15, Жиры-9, Угл-146, Витамин С-12 |
| | **Полдник** | |
| 50 | **Кондитерские изделия** | кКал-79, Белки-2, Жиры-2, Угл-14 |
| 153 | **Кисломолочный продукт** | кКал-87, Белки-6, Жиры-2, Угл-9, Витамин С-1 |
| | **Итого за Полдник** | кКал-166, Белки-8, Жиры-4, Угл-23, Витамин С-1 |
| | **Итого за день** | кКал-1 724, Белки-50, Жиры-45, Угл-276, Витамин С-25 |

кладовщик _____ Дидоренко Л.М. _____ _____

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

13.10.2026 (3-7лет, 2вт)

# (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 пшенная, масло сливочное, сахар* | кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5 |
| 41 | ***Бутерброды с маслом***<br>*батон пшеничный, масло сливочное* | кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15 |
| 174 | ***Какао с молоком***<br>*молоко, сахар, какао порошок* | кКал-103, Белки-4, Жиры-3, Угл-15, Витамин С-1 |
| | **Итого за Завтрак1** | кКал-904, Белки-31, Жиры-36, Угл-114, Витамин С-6 |
| | ***Завтрак2*** | |
| 78 | ***Плоды и ягоды свежие*** | кКал-34, Угл-8, Витамин С-8 |
| | **Итого за Завтрак2** | кКал-34, Угл-8, Витамин С-8 |
| | ***Обед*** | |
| 180 | ***Суп картофельный с бобовыми***<br>*картофель, горох, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль* | кКал-96, Белки-4, Жиры-4, Угл-12, Витамин С-4 |
| 194 | ***Овощи (кабачки, баклажаны, перец или помидоры) фаршированные мясом и рисом***<br>*говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), перец сладкий, лук репчатый, сметана 15%, крупа рисовая, мука пшеничная , масло сливочное, томатная паста, соль* | кКал-127, Белки-9, Жиры-6, Угл-9 |
| 25 | ***Гренки из пшеничного хлеба (1 вариант)*** | кКал-92, Белки-3, Угл-19 |
| 28 | ***Хлеб ржаной*** | кКал-55, Белки-2, Угл-11 |
| 180 | ***Компот из свежих плодов***<br>*слива, яблоки, сахар, кислота лимонная* | кКал-488, Белки-1, Жиры-1, Угл-119, Витамин С-9 |
| | **Итого за Обед** | кКал-858, Белки-19, Жиры-11, Угл-170, Витамин С-13 |
| | ***Полдник*** | |
| 50 | ***Кондитерские изделия*** | кКал-79, Белки-2, Жиры-2, Угл-14 |
| 173 | ***Кисломолочный продукт*** | кКал-99, Белки-7, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-1 |
| | **Итого за Полдник** | кКал-178, Белки-9, Жиры-5, Угл-24, Витамин С-1 |
| | **Итого за день** | кКал-1 974, Белки-59, Жиры-52, Угл-316, Витамин С-28 |

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.