МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

14.10.2026 (1,5-3 года, 2ср)

(1,5-3 года)

Выход (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
38	***Бутерброды с сыром*** *батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное*	кКал-106, Белки-4, Жиры-5, Угл-11
149	***Молоко кипяченое***	кКал-84, Белки-5, Жиры-4, Угл-8
	Итого за Завтрак1	кКал-309, Белки-14, Жиры-14, Угл-33, Витамин С-1
	Завтрак2	
58	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-26, Угл-6, Витамин С-6
	Итого за Завтрак2	кКал-26, Угл-6, Витамин С-6
	Обед	
160	***Борщ с фасолью и картофелем*** *свекла, картофель, морковь, лук репчатый, фасоль, томатная паста, масло растительное, сахар, соль*	кКал-420, Белки-13, Жиры-18, Угл-52, Витамин С-22
4	***Сметана 15% жир***	кКал-6, Жиры-1
110	***Пюре картофельное*** *картофель, молоко, масло сливочное*	кКал-101, Белки-2, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-13
52	***Шницель рыбный натуральный*** *филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная , молоко, соль, яйцо, масло растительное, чеснок*	кКал-53, Белки-6, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
49	***Салат витаминный с растительным маслом*** *капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, лимоны, сахар, соль*	кКал-52, Белки-1, Жиры-4, Угл-4, Витамин С-12
19	***Хлеб пшеничный***	кКал-43, Белки-2, Угл-9
24	***Хлеб ржаной***	кКал-47, Белки-1, Угл-10
160	***Компот из сухофруктов*** *сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная*	кКал-50, Угл-12
	Итого за Обед	кКал-772, Белки-25, Жиры-29, Угл-106, Витамин С-48
	Полдник	
60	***Омлет паровой с мясом*** *яйцо, филе куриное, молоко, масло растительное, масло сливочное*	кКал-89, Белки-6, Жиры-7, Угл-1
41	***Огурец свежий***	кКал-6, Угл-1, Витамин С-4
24	***Хлеб ржаной***	кКал-47, Белки-1, Угл-10
160	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3
	Итого за Полдник	кКал-181, Белки-7, Жиры-7, Угл-22, Витамин С-7
	Итого за день	кКал-1 288, Белки-46, Жиры-50, Угл-167, Витамин С-62

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

14.10.2026 (3-7лет, 2ср)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Суп молочный манный*** *молоко, крупа манная, сахар, масло сливочное*	кКал-132, Белки-5, Жиры-5, Угл-16, Витамин С-1
49	***Бутерброды с сыром*** *батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное*	кКал-136, Белки-5, Жиры-7, Угл-14
169	***Молоко кипяченое***	кКал-96, Белки-5, Жиры-5, Угл-9
	Итого за Завтрак1	кКал-364, Белки-15, Жиры-17, Угл-39, Витамин С-1
	Завтрак2	
77	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-34, Угл-8, Витамин С-8
	Итого за Завтрак2	кКал-34, Угл-8, Витамин С-8
	Обед	
180	***Борщ с фасолью и картофелем*** *свекла, картофель, морковь, фасоль, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, сахар*	кКал-473, Белки-14, Жиры-20, Угл-58, Витамин С-25
8	***Сметана 15% жир***	кКал-13, Жиры-1
130	***Пюре картофельное*** *картофель, молоко, масло сливочное*	кКал-119, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16
71	***Шницель рыбный натуральный*** *филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная , молоко, масло растительное, яйцо, соль, чеснок*	кКал-72, Белки-8, Жиры-2, Угл-5, Витамин С-2
60	***Салат витаминный с растительным маслом*** *капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, лимоны, соль, сахар*	кКал-64, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-15
28	***Хлеб пшеничный***	кКал-64, Белки-2, Угл-13
29	***Хлеб ржаной***	кКал-57, Белки-2, Угл-12
180	***Компот из сухофруктов*** *сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная*	кКал-56, Угл-14
	Итого за Обед	кКал-918, Белки-30, Жиры-31, Угл-125, Витамин С-58
	Полдник	
80	***Омлет паровой с мясом*** *яйцо, филе куриное, молоко, масло растительное, масло сливочное*	кКал-119, Белки-8, Жиры-9, Угл-1
51	***Огурец свежий***	кКал-7, Угл-1, Витамин С-5
29	***Хлеб ржаной***	кКал-57, Белки-2, Угл-12
180	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
	Итого за Полдник	кКал-227, Белки-10, Жиры-9, Угл-25, Витамин С-8
	Итого за день	кКал-1 543, Белки-55, Жиры-57, Угл-197, Витамин С-75

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.