МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

15.10.2026 (1,5-3 года, 2чт)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа ячневая, масло сливочное, сахар*	кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5
32	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-109, Белки-2, Жиры-6, Угл-12
162	***Какао с молоком*** *молоко, сахар, какао порошок*	кКал-96, Белки-3, Жиры-3, Угл-14, Витамин С-1
	Итого за Завтрак1	кКал-867, Белки-29, Жиры-34, Угл-110, Витамин С-6
	Завтрак2	
83	***Апельсины***	кКал-68, Белки-1, Угл-16
	Итого за Завтрак2	кКал-68, Белки-1, Угл-16
	Обед	
162	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *капуста белокочанная, картофель, соль, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, чеснок*	кКал-55, Белки-1, Жиры-3, Угл-5, Витамин С-12
190	***Мясо отварное тушеное с картофелем по-домашнему*** *картофель, говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), морковь, помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль*	кКал-200, Белки-11, Жиры-12, Угл-12, Витамин С-15
47	***помидор свежий***	кКал-11, Белки-1, Угл-2
24	***Хлеб пшеничный***	кКал-55, Белки-2, Угл-11
24	***Хлеб ржаной***	кКал-47, Белки-1, Угл-10
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-802, Белки-17, Жиры-16, Угл-146, Витамин С-35
	Полдник	
70	***Ватрушка с творогом*** *мука пшеничная , яйцо, молоко, творог 9 % 0,25, сахар, масло сливочное, дрожжи, ванильный сахар, соль*	кКал-33, Белки-1, Жиры-1, Угл-5
160	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3
	Итого за Полдник	кКал-72, Белки-1, Жиры-1, Угл-15, Витамин С-3
	Итого за день	кКал-1 809, Белки-48, Жиры-51, Угл-287, Витамин С-44

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

15.10.2026 (3-7лет, 2чт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
200	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа ячневая, масло сливочное, сахар*	кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5
42	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-143, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
182	***Какао с молоком*** *молоко, сахар, какао порошок*	кКал-108, Белки-4, Жиры-3, Угл-16, Витамин С-1
	Итого за Завтрак1	кКал-913, Белки-31, Жиры-36, Угл-115, Витамин С-6
	Завтрак2	
83	***Апельсины***	кКал-68, Белки-1, Угл-16
	Итого за Завтрак2	кКал-68, Белки-1, Угл-16
	Обед	
180	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, томатная паста, чеснок*	кКал-61, Белки-1, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-13
211	***Мясо отварное тушеное с картофелем по-домашнему*** *картофель, говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), морковь, помидоры, лук репчатый, масло растительное, соль*	кКал-223, Белки-13, Жиры-13, Угл-14, Витамин С-16
58	***помидор свежий***	кКал-14, Белки-1, Угл-2
29	***Хлеб пшеничный***	кКал-66, Белки-2, Угл-13
29	***Хлеб ржаной***	кКал-57, Белки-2, Угл-12
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-909, Белки-20, Жиры-18, Угл-166, Витамин С-38
	Полдник	
80	***Ватрушка с творогом*** *мука пшеничная , яйцо, молоко, творог 9 % 0,25, сахар, масло сливочное, дрожжи, соль, ванильный сахар*	кКал-37, Белки-2, Жиры-1, Угл-5
180	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
	Итого за Полдник	кКал-81, Белки-2, Жиры-1, Угл-16, Витамин С-3
	Итого за день	кКал-1 971, Белки-54, Жиры-55, Угл-313, Витамин С-47

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.