МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

16.10.2026 (1,5-3 года, 2пт)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
184	**Суп молочный с крупой** *молоко, крупа пшеничная артек, масло сливочное, сахар*	кКал-609, Белки-22, Жиры-23, Угл-77, Витамин С-4
33	**Бутерброды с маслом** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-112, Белки-2, Жиры-6, Угл-12
161	**Чай с лимоном** *сахар, лимоны, чай*	кКал-40, Угл-10, Витамин С-3
	Итого за Завтрак1	кКал-761, Белки-24, Жиры-29, Угл-99, Витамин С-7
	Завтрак2	
148	**Сок**	кКал-69, Угл-16, Витамин С-2
	Итого за Завтрак2	кКал-69, Угл-16, Витамин С-2
	Обед	
158	**Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, масло растительное, томатная паста, лук репчатый, мука пшеничная , соль*	кКал-53, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-8
4	**Сметана 15% жир**	кКал-6, Жиры-1
105	**Рис отварной** *крупа рисовая, масло сливочное*	кКал-1 087, Белки-19, Жиры-28, Угл-190
60	**Рыба, тушенная с овощами** *филе минтая, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, чеснок, соль*	кКал-51, Белки-6, Жиры-3, Угл-1, Витамин С-1
54	**Салат из капусты белокочанной, огурцов (помидор) и сладкого перца** *огурцы, капуста белокочанная, масло растительное, соль*	кКал-3, Витамин С-2
20	**Хлеб пшеничный**	кКал-46, Белки-2, Угл-9
25	**Хлеб ржаной**	кКал-49, Белки-2, 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-1 729, Белки-31, Жиры-36, Угл-322, Витамин С-19
	Полдник	
69	**Сырники из творога** *творог 9 % 0,25, мука пшеничная , масло растительное, яйцо*	кКал-100, Белки-8, Жиры-5, Угл-5
17	**Молоко сгущённое**	
161	**Кисель из плодов или ягод свежих** *плоды и ягоды быстрозам., слива, сахар, крахмал картофельный*	кКал-85, Угл-21
	Итого за Полдник	кКал-185, Белки-8, Жиры-5, Угл-26
	Итого за день	кКал-2 744, Белки-63, Жиры-70, Угл-463, Витамин С-28

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

16.10.2026 (3-7лет, 2пт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
204	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа пшеничная артек, масло сливочное, сахар*	кКал-675, Белки-25, Жиры-26, Угл-86, Витамин С-5
44	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-150, Белки-3, Жиры-8, Угл-16
180	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
	Итого за Завтрак1	кКал-869, Белки-28, Жиры-34, Угл-113, Витамин С-8
	Завтрак2	
167	***Сок***	кКал-78, Угл-18, Витамин С-2
	Итого за Завтрак2	кКал-78, Угл-18, Витамин С-2
	Обед	
180	***Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)*** *капуста белокочанная, свекла, картофель, морковь, масло растительное, соль, лук репчатый, томатная паста, мука пшеничная*	кКал-60, Белки-1, Жиры-3, Угл-7, Витамин С-9
8	***Сметана 15% жир***	кКал-13, Жиры-1
135	***Рис отварной*** *крупа рисовая, масло сливочное*	кКал-1 398, Белки-24, Жиры-36, Угл-245
82	***Рыба, тушенная с овощами*** *филе минтая, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль, чеснок*	кКал-70, Белки-8, Жиры-4, Угл-2, Витамин С-2
66	***Салат из капусты белокочанной, огурцов (помидор) и сладкого перца*** *огурцы, капуста белокочанная, масло растительное, соль*	кКал-3, Витамин С-3
30	***Хлеб пшеничный***	кКал-68, Белки-3, Угл-14
30	***Хлеб ржаной***	кКал-59, 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-2 159, Белки-39, Жиры-45, Угл-399, Витамин С-23
	Полдник	
79	***Сырники из творога*** *творог 9 % 0,25, мука пшеничная , масло растительное, яйцо*	кКал-115, Белки-9, Жиры-6, Угл-5
29	***Молоко сгущённое***	
181	***Кисель из плодов или ягод свежих*** *плоды и ягоды быстрозам., слива, сахар, крахмал картофельный*	кКал-95, Угл-24
	Итого за Полдник	кКал-210, Белки-9, Жиры-6, Угл-29
	Итого за день	кКал-3 316, Белки-76, Жиры-85, Угл-559, Витамин С-33

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.