МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

19.10.2026 (1,5-3 года, 1пн)

# (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 рисовая, масло сливочное, сахар* | кКал-596, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4 |
| 36 | ***Бутерброды с сыром***<br>*хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное* | кКал-100, Белки-3, Жиры-5, Угл-10 |
| 180 | ***Какао с молоком***<br>*молоко, сахар, какао порошок* | кКал-107, Белки-4, Жиры-3, Угл-16, Витамин С-1 |
| | **Итого за Завтрак1** | кКал-803, Белки-29, Жиры-31, Угл-102, Витамин С-5 |
| | ***Завтрак2*** | |
| 143 | ***Сок*** | кКал-67, Угл-16, Витамин С-2 |
| | **Итого за Завтрак2** | кКал-67, Угл-16, Витамин С-2 |
| | ***Обед*** | |
| 159 | ***Суп фасолевый***<br>*картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, чеснок, соль* | кКал-85, Белки-3, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-4 |
| 105 | ***Каша гречневая***<br>*крупа гречневая, масло сливочное* | кКал-146, Белки-7, Жиры-5, Угл-14, Витамин С-2 |
| 57 | ***Печень по-строгановски***<br>*печень говяжья, сметана 15%, морковь, лук репчатый, соль, масло сливочное, мука пшеничная* | кКал-78, Белки-8, Жиры-3, Угл-4, Витамин С-14 |
| 50 | ***Салат из свеклы***<br>*свекла, масло растительное* | кКал-47, Белки-1, Жиры-3, Угл-4, Витамин С-5 |
| 27 | ***Хлеб пшеничный*** | кКал-62, Белки-2, Угл-12 |
| 33 | ***Хлеб ржаной*** | кКал-65, Белки-2, Угл-13 |
| 160 | ***Компот из сухофруктов***<br>*сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная* | кКал-50, Угл-12 |
| | **Итого за Обед** | кКал-533, Белки-23, Жиры-14, Угл-69, Витамин С-25 |
| | ***Полдник*** | |
| 80 | ***Вареники ленивые (отварные)***<br>*творог 9 % 0,25, молоко сгущенное, мука пшеничная , сахар, яйцо, масло сливочное, соль* | кКал-89, Белки-5, Жиры-5, Угл-6 |
| 160 | ***Молоко кипяченое*** | кКал-91, Белки-5, Жиры-4, Угл-8 |
| | **Итого за Полдник** | кКал-180, Белки-10, Жиры-9, Угл-14 |
| | **Итого за день** | кКал-1 583, Белки-62, Жиры-54, Угл-201, Витамин С-32 |

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

19.10.2026 (3-7лет, 1пн)

# (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 рисовая, масло сливочное, сахар* | кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5 |
| 47 | **Бутерброды с сыром**<br>*хлеб пшеничный, сыр российский, масло сливочное* | кКал-131, Белки-4, Жиры-6, Угл-14 |
| 180 | **Какао с молоком**<br>*молоко, сахар, какао порошок* | кКал-107, Белки-4, Жиры-3, Угл-16, Витамин С-1 |
| | **Итого за Завтрак1** | кКал-900, Белки-32, Жиры-34, Угл-114, Витамин С-6 |
| | **Завтрак2** | |
| 161 | **Сок** | кКал-75, Угл-17, Витамин С-2 |
| | **Итого за Завтрак2** | кКал-75, Угл-17, Витамин С-2 |
| | **Обед** | |
| 180 | **Суп фасолевый**<br>*картофель, фасоль, морковь, лук репчатый, масло растительное, соль, чеснок* | кКал-96, Белки-4, Жиры-4, Угл-12, Витамин С-4 |
| 135 | **Каша гречневая**<br>*крупа гречневая, масло сливочное* | кКал-188, Белки-9, Жиры-7, Угл-18, Витамин С-3 |
| 71 | **Печень по-строгановски**<br>*печень говяжья, сметана 15%, морковь, лук репчатый, масло сливочное, соль, мука пшеничная* | кКал-97, Белки-9, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-17 |
| 60 | **Салат из свеклы**<br>*свекла, масло растительное* | кКал-56, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-6 |
| 32 | **Хлеб пшеничный** | кКал-73, Белки-3, Угл-14 |
| 39 | **Хлеб ржаной** | кКал-77, Белки-2, Угл-16 |
| 180 | **Компот из сухофруктов**<br>*сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная* | кКал-56, Угл-14 |
| | **Итого за Обед** | кКал-643, Белки-28, Жиры-19, Угл-84, Витамин С-30 |
| | **Полдник** | |
| 101 | **Вареники ленивые (отварные)**<br>*творог 9 % 0,25, молоко сгущенное, мука пшеничная , сахар, яйцо, масло сливочное, соль* | кКал-112, Белки-7, Жиры-6, Угл-7 |
| 170 | **Молоко кипяченое** | кКал-96, Белки-5, Жиры-5, Угл-9 |
| | **Итого за Полдник** | кКал-208, Белки-12, Жиры-11, Угл-16 |
| | **Итого за день** | кКал-1 826, Белки-72, Жиры-64, Угл-231, Витамин С-38 |

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.