МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

20.10.2026 (1,5-3 года, 1вт)

(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*** *молоко, крупа гречневая, масло сливочное, сахар*	кКал-596, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4
32	***Бутерброды с маслом*** *хлеб пшеничный, масло сливочное*	кКал-109, Белки-2, Жиры-6, Угл-12
160	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	кКал-43, Угл-11
	Итого за Завтрак1	кКал-748, Белки-24, Жиры-29, Угл-99, Витамин С-4
	Завтрак2	
70	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-31, Угл-7, Витамин С-7
	Итого за Завтрак2	кКал-31, Угл-7, Витамин С-7
	Обед	
160	***Борщ с капустой и картофелем*** *свекла, картофель, капуста белокочанная, морковь, лук репчатый, томатная паста, перец сладкий, масло растительное, чеснок, сахар, соль*	кКал-48, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-4
5	***Сметана 15% жир***	кКал-8, Жиры-1
184	***мясо тушенное с овощами в соусе*** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная*	кКал-191, Белки-14, Жиры-11, Угл-9, Витамин С-3
51	***Огурец свежий***	кКал-7, Угл-1, Витамин С-5
28	***Хлеб пшеничный***	кКал-64, Белки-2, Угл-13
31	***Хлеб ржаной***	кКал-61, Белки-2, Угл-12
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-813, Белки-20, Жиры-16, Угл-147, Витамин С-20
	Полдник	
60	***Ватрушка с творогом*** *мука пшеничная , яйцо, молоко, творог 9 % 0,25, сахар, масло сливочное, дрожжи, ванильный сахар, соль*	кКал-28, Белки-1, Жиры-1, Угл-4
164	***Кисломолочный продукт***	кКал-93, Белки-7, Жиры-2, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-121, Белки-8, Жиры-3, Угл-14, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-1 713, Белки-52, Жиры-48, Угл-267, Витамин С-32

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

20.10.2026 (3-7лет, 1вт)

(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 гречневая, масло сливочное, сахар*	кКал-662, Белки-24, Жиры-25, Угл-84, Витамин С-5
43	**Бутерброды с маслом** *хлеб пшеничный, масло сливочное*	кКал-146, Белки-3, Жиры-8, Угл-16
180	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	кКал-48, Угл-12
	Итого за Завтрак1	кКал-856, Белки-27, Жиры-33, Угл-112, Витамин С-5
	Завтрак2	
87	**Плоды и ягоды свежие**	кКал-38, Угл-9, Витамин С-9
	Итого за Завтрак2	кКал-38, Угл-9, Витамин С-9
	Обед	
180	**Борщ с капустой и картофелем** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, перец сладкий, масло растительное, соль, сахар, чеснок*	кКал-54, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-5
9	**Сметана 15% жир**	кКал-15, Жиры-1
204	**мясо тушенное с овощами в соусе** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), картофель, морковь, лук репчатый, горошек зеленый консервированный, масло растительное, томатная паста, мука пшеничная*	кКал-211, Белки-15, Жиры-12, Угл-10, Витамин С-3
61	**Огурец свежий**	кКал-9, Угл-2, Витамин С-6
33	**Хлеб пшеничный**	кКал-75, Белки-3, Угл-15
31	**Хлеб ржаной**	кКал-61, 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-913, Белки-22, Жиры-17, Угл-164, Витамин С-23
	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
173	**Кисломолочный продукт**	кКал-99, Белки-7, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-136, Белки-9, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-1 943, Белки-58, Жиры-54, Угл-300, Витамин С-38

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.