МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

21.10.2026 (1,5-3 года, 1ср)

(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
43	***Бутерброды с сыром*** *батон пшеничный, сыр российский, масло сливочное*	кКал-120, Белки-4, Жиры-6, Угл-13
155	***Молоко кипяченое***	кКал-88, Белки-5, Жиры-4, Угл-8
	Итого за Завтрак1	кКал-327, Белки-14, Жиры-15, Угл-35, Витамин С-1
	Завтрак2	
62	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-27, Угл-6, Витамин С-6
	Итого за Завтрак2	кКал-27, Угл-6, Витамин С-6
	Обед	
157	***Суп с рыбными консервами*** *картофель, консервы рыбные в собственном соку, морковь, перец сладкий, лук репчатый, крупа рисовая, масло сливочное, соль*	кКал-76, Белки-4, Жиры-4, Угл-7
111	***Пюре картофельное*** *картофель, молоко, масло сливочное*	кКал-102, Белки-2, Жиры-4, Угл-15, Витамин С-13
51	***Шницель рыбный натуральный*** *филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная , молоко, чеснок, яйцо, масло растительное*	кКал-52, Белки-6, Жиры-2, Угл-4, Витамин С-1
49	***Салат из капусты белокочанной с растительным маслом*** *капуста белокочанная, морковь, перец сладкий, масло растительное, сахар, кислота лимонная, соль*	кКал-49, Белки-1, Жиры-3, Угл-4, Витамин С-35
160	***Компот из сухофруктов*** *сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная*	кКал-50, Угл-12
25	***Хлеб пшеничный***	кКал-57, Белки-2, Угл-11
25	***Хлеб ржаной***	кКал-49, Белки-2, Угл-10
	Итого за Обед	кКал-435, Белки-17, Жиры-13, Угл-63, Витамин С-49
	Полдник	
65	***Омлет паровой с мясом*** *яйцо, филе куриное, молоко, масло сливочное*	кКал-96, Белки-6, Жиры-8, Угл-1
52	***Овощи консервированные***	кКал-7, Угл-1, Витамин С-3
59	***Хлеб ржаной***	кКал-116, Белки-4, Жиры-1, Угл-24
160	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	кКал-43, Угл-11
	Итого за Полдник	кКал-262, Белки-10, Жиры-9, Угл-37, Витамин С-3
	Итого за день	кКал-1 051, Белки-41, Жиры-37, Угл-141, Витамин С-59

кладовщик _____ Дидоренко Л.М. _____ _____

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

21.10.2026 (3-7лет, 1ср)

(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
165	**Молоко кипяченое**	кКал-94, Белки-5, Жиры-4, Угл-8
	Итого за Завтрак1	кКал-362, Белки-15, Жиры-16, Угл-38, 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	
179	**Суп с рыбными консервами** *картофель, консервы рыбные в собственном соку, морковь, лук репчатый, перец сладкий, крупа рисовая, соль, масло сливочное*	кКал-87, Белки-4, Жиры-4, Угл-7
131	**Пюре картофельное** *картофель, молоко, масло сливочное*	кКал-120, Белки-3, Жиры-4, Угл-18, Витамин С-16
71	**Шницель рыбный натуральный** *филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная , молоко, яйцо, масло растительное, чеснок*	кКал-72, Белки-8, Жиры-2, Угл-5, Витамин С-2
60	**Салат из капусты белокочанной с растительным маслом** *капуста белокочанная, морковь, перец сладкий, масло растительное, соль, сахар, кислота лимонная*	кКал-60, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-42
180	**Компот из сухофруктов** *сухофрукты (ассорти), сахар, кислота лимонная*	кКал-56, Угл-14
38	**Хлеб пшеничный**	кКал-87, Белки-3, Жиры-1, Угл-17
30	**Хлеб ржаной**	кКал-59, Белки-2, Угл-12
	Итого за Обед	кКал-541, Белки-21, Жиры-15, Угл-78, Витамин С-60
	Полдник	
85	**Омлет паровой с мясом** *яйцо, филе куриное, молоко, масло сливочное*	кКал-126, Белки-8, Жиры-10, Угл-1
56	**Овощи консервированные**	кКал-7, Угл-1, Витамин С-3
59	**Хлеб ржаной**	кКал-116, Белки-4, Жиры-1, Угл-24
180	**Чай с сахаром** *сахар, чай*	кКал-48, Угл-12
	Итого за Полдник	кКал-297, Белки-12, Жиры-11, Угл-38, Витамин С-3
	Итого за день	кКал-1 234, Белки-48, Жиры-42, Угл-162, Витамин С-72

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.