МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

22.10.2026 (1,5-3 года, 1чт)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
182	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа пшенная, масло сливочное, сахар*	кКал-602, Белки-22, Жиры-23, Угл-77, Витамин С-4
30	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-102, Белки-2, Жиры-6, Угл-11
160	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	кКал-43, Угл-11
	Итого за Завтрак1	кКал-747, Белки-24, Жиры-29, Угл-99, Витамин С-4
	Завтрак2	
79	***Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром***	кКал-65, Белки-1, Угл-15
	Итого за Завтрак2	кКал-65, Белки-1, Угл-15
	Обед	
161	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, сметана 15%, перец сладкий, масло растительное, соль, томатная паста, чеснок*	кКал-55, Белки-1, Жиры-3, Угл-5, Витамин С-12
149	***Плов*** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, масло растительное, томатная паста, соль*	кКал-312, Белки-16, Жиры-15, Угл-27, Витамин С-15
45	***помидор свежий***	кКал-11, Угл-2
30	***Хлеб ржаной***	кКал-59, Белки-2, Угл-12
24	***Хлеб пшеничный***	кКал-55, Белки-2, Угл-11
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-926, Белки-22, Жиры-19, Угл-163, Витамин С-35
	Полдник	
80	***Кондитерские изделия***	кКал-127, Белки-2, Жиры-3, Угл-23
162	***Кисломолочный продукт***	кКал-92, Белки-7, Жиры-2, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-219, Белки-9, Жиры-5, Угл-33, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-1 957, Белки-56, Жиры-53, Угл-310, Витамин С-40

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

22.10.2026 (3-7лет, 1чт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
203	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа пшенная, масло сливочное, сахар*	кКал-672, Белки-24, Жиры-26, Угл-85, Витамин С-5
40	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-136, Белки-2, Жиры-8, Угл-15
180	***Чай с сахаром*** *сахар, чай*	кКал-48, Угл-12
	Итого за Завтрак1	кКал-856, Белки-26, Жиры-34, Угл-112, Витамин С-5
	Завтрак2	
79	***Апельсины, мандарины, ананасы с сахаром***	кКал-65, Белки-1, Угл-15
	Итого за Завтрак2	кКал-65, Белки-1, Угл-15
	Обед	
180	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *капуста белокочанная, картофель, морковь, сметана 15%, лук репчатый, перец сладкий, масло растительное, соль, томатная паста, чеснок*	кКал-61, Белки-1, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-13
180	***Плов*** *говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), крупа рисовая, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло растительное, соль, лавровый лист*	кКал-377, Белки-20, Жиры-18, Угл-33, Витамин С-19
55	***помидор свежий***	кКал-13, Белки-1, Угл-2
36	***Хлеб ржаной***	кКал-71, Белки-2, Угл-14
36	***Хлеб пшеничный***	кКал-82, Белки-3, Жиры-1, Угл-16
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-1 092, Белки-28, Жиры-24, Угл-190, Витамин С-41
	Полдник	
80	***Кондитерские изделия***	кКал-127, Белки-2, Жиры-3, Угл-23
173	***Кисломолочный продукт***	кКал-99, Белки-7, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-226, Белки-9, Жиры-6, Угл-33, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-2 239, Белки-64, Жиры-64, Угл-350, Витамин С-47

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.