МДОУ "ДС №11 Кораблик"

27.10.2026 (1,5-3 года, 2вт)

(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
36	***Бутерброды с маслом*** *хлеб пшеничный, масло сливочное*	кКал-122, Белки-2, Жиры-7, Угл-13
160	***Какао с молоком*** *молоко, сахар, какао порошок*	кКал-95, Белки-3, Жиры-3, Угл-14, Витамин С-1
	Итого за Завтрак1	кКал-813, Белки-27, Жиры-33, Угл-103, Витамин С-5
	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	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, перец сладкий, масло растительное, соль, томатная паста, чеснок*	кКал-54, Белки-1, Жиры-3, Угл-5, Витамин С-12
5	***Сметана 15% жир***	кКал-8, Жиры-1
195	***Жаркое по-домашнему*** *картофель, говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), лук репчатый, томатная паста, перец сладкий, масло сливочное, соль, чеснок*	кКал-182, Белки-18, Жиры-5, Угл-16
50	***Овощи по сезону***	
26	***Хлеб пшеничный***	кКал-59, Белки-2, Угл-12
23	***Хлеб ржаной***	кКал-45, Белки-1, Угл-9
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-782, Белки-23, Жиры-10, Угл-148, Витамин С-20
	Полдник	
76	***Омлет паровой с мясом*** *яйцо, филе куриное, молоко, масло сливочное*	кКал-113, Белки-7, Жиры-9, Угл-1
54	***Овощи консервированные***	кКал-7, Угл-1, Витамин С-3
28	***Хлеб ржаной***	кКал-55, Белки-2, Угл-11
160	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-39, Угл-10, Витамин С-3
	Итого за Полдник	кКал-214, Белки-9, Жиры-9, Угл-23, Витамин С-6
	Итого за день	кКал-1 840, Белки-59, Жиры-52, Угл-281, Витамин С-38

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

27.10.2026 (3-7лет, 2вт)

(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
41	***Бутерброды с маслом*** *хлеб пшеничный, масло сливочное*	кКал-139, Белки-3, Жиры-8, Угл-15
180	***Какао с молоком*** *молоко, сахар, какао порошок*	кКал-107, Белки-4, Жиры-3, Угл-16, Витамин С-1
	Итого за Завтрак1	кКал-908, Белки-31, Жиры-36, Угл-115, Витамин С-6
	Завтрак2	
88	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-39, Угл-9, Витамин С-9
	Итого за Завтрак2	кКал-39, Угл-9, Витамин С-9
	Обед	
180	***Щи из свежей капусты с картофелем*** *капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, перец сладкий, масло растительное, соль, томатная паста, чеснок*	кКал-61, Белки-1, Жиры-4, Угл-6, Витамин С-13
9	***Сметана 15% жир***	кКал-15, Жиры-1
205	***Жаркое по-домашнему*** *картофель, говядина (покромка, лопаточная часть, грудинка), лук репчатый, томатная паста, перец сладкий, масло сливочное, соль, чеснок*	кКал-191, Белки-19, Жиры-5, Угл-17
60	***Овощи по сезону***	
31	***Хлеб пшеничный***	кКал-71, Белки-3, Угл-14
27	***Хлеб ржаной***	кКал-53, Белки-2, Угл-11
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-879, Белки-26, Жиры-11, Угл-167, Витамин С-22
	Полдник	
86	***Омлет паровой с мясом*** *яйцо, филе куриное, молоко, масло сливочное*	кКал-127, Белки-8, Жиры-10, Угл-1
64	***Овощи консервированные***	кКал-8, Белки-1, Угл-1, Витамин С-3
27	***Хлеб ржаной***	кКал-53, Белки-2, Угл-11
180	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-44, Угл-11, Витамин С-3
	Итого за Полдник	кКал-232, Белки-11, Жиры-10, Угл-24, Витамин С-6
	Итого за день	кКал-2 058, Белки-68, Жиры-57, Угл-315, Витамин С-43

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.