МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

30.10.2026 (1,5-3 года, 2пт)

(1,5-3 года)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
181	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа овсяная, масло сливочное, сахар*	кКал-599, Белки-22, Жиры-23, Угл-76, Витамин С-4
29	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-99, Белки-2, Жиры-5, Угл-11
200	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-49, Угл-12, Витамин С-3
110	***Кондитерские изделия***	кКал-174, Белки-3, Жиры-4, Угл-31
	Итого за Завтрак1	кКал-921, Белки-27, Жиры-32, Угл-130, Витамин С-7
	Завтрак2	
100	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
	Итого за Завтрак2	кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
	Обед	
161	***Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)*** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, соль, масло растительное, лук репчатый, чеснок, перец сладкий, мука пшеничная*	кКал-54, Белки-1, Жиры-3, Угл-6, Витамин С-8
4	***Сметана 15% жир***	кКал-6, Жиры-1
105	***Картофель отварной*** *картофель, масло сливочное*	кКал-108, Белки-2, Жиры-4, Угл-16
60	***Рыба, тушенная с овощами*** *филе минтая, морковь, лук репчатый, масло растительное*	кКал-51, Белки-6, Жиры-3, Угл-1, Витамин С-1
49	***Салат витаминный с растительным маслом*** *капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, лимоны, сахар, соль*	кКал-52, Белки-1, Жиры-4, Угл-4, Витамин С-12
23	***Хлеб пшеничный***	кКал-52, Белки-2, Угл-10
29	***Хлеб ржаной***	кКал-57, 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-814, Белки-15, Жиры-16, Угл-155, Витамин С-29
	Полдник	
68	***Сырники из творога*** *творог 9 % вес, мука пшеничная , яйцо, масло растительное*	кКал-99, Белки-8, Жиры-5, Угл-5
14	***Молоко сгущённое***	
162	***Кисломолочный продукт***	кКал-92, Белки-7, Жиры-2, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-191, Белки-15, Жиры-7, Угл-15, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-1 970, Белки-57, Жиры-55, Угл-310, Витамин С-47

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.

МБДОУ "ДС №11 Кораблик"

30.10.2026 (3-7лет, 2пт)

(3-7лет)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак1	
201	***Суп молочный с крупой*** *молоко, крупа овсяная, масло сливочное, сахар*	кКал-665, Белки-24, Жиры-26, Угл-85, Витамин С-5
39	***Бутерброды с маслом*** *батон пшеничный, масло сливочное*	кКал-133, Белки-2, Жиры-7, Угл-14
200	***Чай с лимоном*** *сахар, лимоны, чай*	кКал-49, Угл-12, Витамин С-3
109	***Кондитерские изделия***	кКал-173, Белки-3, Жиры-4, Угл-31
	Итого за Завтрак1	кКал-1 020, Белки-29, Жиры-37, Угл-142, Витамин С-8
	Завтрак2	
100	***Плоды и ягоды свежие***	кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
	Итого за Завтрак2	кКал-44, Угл-10, Витамин С-10
	Обед	
180	***Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)*** *свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, масло растительное, соль, лук репчатый, перец сладкий, чеснок, мука пшеничная*	кКал-60, Белки-1, Жиры-3, Угл-7, Витамин С-9
7	***Сметана 15% жир***	кКал-11, Жиры-1
105	***Картофель отварной*** *картофель, масло сливочное*	кКал-108, Белки-2, Жиры-4, Угл-16
81	***Рыба, тушенная с овощами*** *филе минтая, морковь, лук репчатый, масло растительное*	кКал-69, Белки-8, Жиры-4, Угл-2, Витамин С-2
60	***Салат витаминный с растительным маслом*** *капуста белокочанная, яблоки, морковь, масло растительное, лимоны, соль, сахар*	кКал-64, Белки-1, Жиры-4, Угл-5, Витамин С-15
35	***Хлеб пшеничный***	кКал-80, Белки-3, Угл-16
35	***Хлеб ржаной***	кКал-69, Белки-2, Угл-14
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-949, Белки-18, Жиры-17, Угл-179, Витамин С-35
	Полдник	
77	***Сырники из творога*** *творог 9 % вес, мука пшеничная , масло растительное, яйцо*	кКал-112, Белки-9, Жиры-6, Угл-5
24	***Молоко сгущённое***	
173	***Кисломолочный продукт***	кКал-99, Белки-7, Жиры-3, Угл-10, Витамин С-1
	Итого за Полдник	кКал-211, Белки-16, Жиры-9, Угл-15, Витамин С-1
	Итого за день	кКал-2 224, Белки-63, Жиры-63, Угл-346, Витамин С-54

кладовщик _____ Дидоренко Л.М.