

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ "Д/с "Рябинка" поселка ж/д станции Калейкино"  
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта  
№2025.034  
от 28.03.2025

17.11.2025

День 1 - ый

| День 1 - ый                                                         |                       |              |                |        |                  |       |        |                         |         |                              |
|---------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------|----------------|--------|------------------|-------|--------|-------------------------|---------|------------------------------|
| Наименование блюд и продуктов                                       | Ингредиенты           | Масса порции | Кол - во (в г) |        | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность | Витамин | Сборник рецептур             |
|                                                                     |                       |              | брутто         | нетто  | белки            | жиры  | угл-ды | Ккал                    | С       |                              |
| ЗАВТРАК                                                             |                       |              |                |        |                  |       |        |                         |         |                              |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                       |                       | 140/3        |                |        | 5,79             | 6,28  | 26,29  | 185,66                  | 0,67    | ТТК №5Д                      |
| Кофейный напиток с молоком                                          |                       | 180/6        |                |        | 2,85             | 2,41  | 10,35  | 74,58                   | 1,17    | №414 Дели 2016               |
| Бутерброд с сыром, маслом сливочным                                 |                       | 25/5/5       |                |        | 2,53             | 5,69  | 12,92  | 115,67                  | 0,07    | №3 сб дошк 2016              |
| Итого:                                                              |                       | 364          |                |        | 11,17            | 14,38 | 49,56  | 375,91                  | 1,91    |                              |
| 2 - ой ЗАВТРАК                                                      |                       |              |                |        |                  |       |        |                         |         |                              |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )      |                       | 100          | 100,00         | 100,00 | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 47,00                   | 10,00   | №386 СБ дошк. 2016           |
| Итого:                                                              |                       | 100          |                |        | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 47,00                   | 10,00   |                              |
| ОБЕД                                                                |                       |              |                |        |                  |       |        |                         |         |                              |
| Салат из кукурузы к/с                                               |                       | 30           |                |        | 0,86             | 1,85  | 2,41   | 29,79                   | 2,79    | №10, об дошк 2016            |
| Суп картофельный с клецками на курином бульоне                      |                       | 150          |                |        | 2,58             | 2,86  | 11,27  | 89,36                   | 3,45    | №91 сб дошк 2016             |
| Плов из отварной птицы                                              |                       | 150          |                |        | 12,71            | 7,85  | 26,80  | 229,00                  | 4,52    | №321, сб дошк                |
| Компот из свежих яблок                                              |                       | 150          |                |        | 0,12             | 0,12  | 20,91  | 85,95                   | 2,85    | №342 сб шк 2017              |
| Хлеб пшеничный                                                      |                       | 30           | 30,00          | 30,00  | 2,28             | 0,24  | 14,77  | 70,57                   | 0,00    | табл 6 стр 134, Дели         |
| Хлеб ржаной                                                         |                       | 35           | 35,00          | 35,00  | 2,31             | 0,42  | 13,85  | 69,23                   |         | табл 6 стр 144, Дели +, 2012 |
| Итого:                                                              |                       | 545          |                |        | 20,86            | 13,34 | 90,01  | 573,90                  | 13,61   |                              |
| ПОЛДНИК                                                             |                       |              |                |        |                  |       |        |                         |         |                              |
| Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка) | кисломолочный напиток | 150          | 155,00         | 150,00 | 4,35             | 3,75  | 6,30   | 76,00                   | 0,45    | №420 СБ дошк 2016            |
| УЖИН                                                                |                       |              |                |        |                  |       |        |                         |         |                              |
| Котлеты рыбные                                                      |                       | 50           |                |        | 6,41             | 3,41  | 5,58   | 72,63                   | 0,33    | №234 сб шк 2017              |
| Пюре картофельное с маслом                                          |                       | 120/3        |                |        | 2,47             | 6,01  | 16,39  | 129,60                  | 14,53   | №339 СБ дошк 2016            |
| Хлеб пшеничный                                                      |                       | 30           | 30,00          | 30,00  | 2,28             | 0,24  | 14,77  | 70,57                   | 0,00    | табл 6 стр 134, Дели +, 2012 |
| Чай с сахаром                                                       |                       | 150/5        |                |        | 0,06             | 0,02  | 5,01   | 19,95                   | 0,03    | №410, 411 Дели 2016          |
| Итого:                                                              |                       | 508          |                |        | 15,58            | 13,43 | 48,06  | 368,75                  | 15,34   |                              |
| ВСЕГО:                                                              |                       | 1517         |                |        | 48,01            | 41,55 | 197,43 | 1365,56                 | 40,86   |                              |

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ "Д/с "Рябинка" поселка ж/д станции Калейкино"  
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта  
№2025.034  
от 28.03.2025

День 1 - ый

| Ингредиенты                                                         |  | Масса порции | Кол - во (в г)<br>брутто | Кол - во (в г)<br>нетто | Пищевые вещества |       |        | Энергетическая ценность<br>Ккал | Витамин<br>С | Сборник рецептур                             |
|---------------------------------------------------------------------|--|--------------|--------------------------|-------------------------|------------------|-------|--------|---------------------------------|--------------|----------------------------------------------|
| Наименование блюд и продуктов                                       |  |              |                          |                         | белки            | жиры  | угл-ды |                                 |              |                                              |
| ЗАВТРАК                                                             |  |              |                          |                         |                  |       |        |                                 |              |                                              |
| Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным                       |  | 180/3        |                          |                         | 7,44             | 8,07  | 33,80  | 238,71                          | 0,86         | ТТК №5Д<br>№414 Дели 2016<br>№3 сб дошк 2016 |
| Кофейный напиток с молоком                                          |  | 180/6        |                          |                         | 2,85             | 2,41  | 10,35  | 74,58                           | 1,17         |                                              |
| Бутерброд с сыром, маслом сливочным                                 |  | 30/5/5       |                          |                         | 3,61             | 5,83  | 15,49  | 128,77                          | 0,07         |                                              |
| Итого:                                                              |  | 409          |                          |                         | 13,90            | 16,31 | 59,64  | 442,06                          | 2,10         |                                              |
| 2 - ой ЗАВТРАК                                                      |  |              |                          |                         |                  |       |        |                                 |              |                                              |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин )      |  | 100          | 100,00                   | 100,00                  | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 47,00                           | 10,00        | №386 СБ дошк. 2016                           |
| Итого:                                                              |  | 100          |                          |                         | 0,40             | 0,40  | 9,80   | 47,00                           | 10,00        |                                              |
| ОБЕД                                                                |  |              |                          |                         |                  |       |        |                                 |              |                                              |
| Икра кабачковая                                                     |  | 50           |                          |                         | 0,45             | 2,35  | 2,97   | 34,80                           |              | №54 дошк. СБ 2016                            |
| Суп картофельный с клецками на курином бульоне                      |  | 180          |                          |                         | 3,10             | 3,44  | 13,53  | 107,24                          | 4,14         | №91 сб дошк 2016                             |
| Плов из отварной птицы                                              |  | 200          |                          |                         | 11,19            | 10,93 | 31,80  | 282,55                          | 0,18         | №321 сб дошк 2016                            |
| Компот из свежих яблок                                              |  | 180          |                          |                         | 0,14             | 0,14  | 25,09  | 103,14                          | 0,81         | №342 сб шк 2017                              |
| Хлеб пшеничный                                                      |  | 35           | 35,00                    | 35,00                   | 2,66             | 0,28  | 17,22  | 82,25                           | 0,00         | табл 6 стр 134, Дели +, 2012                 |
| Хлеб ржаной                                                         |  | 45           | 45,00                    | 45,00                   | 2,97             | 0,54  | 17,84  | 89,19                           |              | табл 6 стр 144, Дели +, 2012                 |
| Итого:                                                              |  | 690          |                          |                         | 20,51            | 17,69 | 108,45 | 699,17                          | 5,13         |                                              |
| ПОЛДНИК                                                             |  |              |                          |                         |                  |       |        |                                 |              |                                              |
| Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка) |  | 180          | 185,00                   | 180,00                  | 5,22             | 4,50  | 7,56   | 92,00                           | 0,54         | №420 СБ дошк 2016                            |
| Кондитерское изделие                                                |  | 20           | 20,00                    | 20,00                   | 1,50             | 1,96  | 14,88  | 83,40                           |              | табл 6 стр 136, Дели +, 2012                 |
| Котлеты рыбные                                                      |  | 70           |                          |                         | 8,99             | 4,26  | 7,82   | 101,72                          | 0,46         | №234 сб шк 2017                              |
| УЖИН                                                                |  |              |                          |                         |                  |       |        |                                 |              |                                              |
| Пюре картофельное с маслом сливочным                                |  | 140/3        |                          |                         | 2,88             | 6,65  | 19,12  | 147,90                          | 16,96        | №339 СБ дошк 2016                            |
| Чай с сахаром                                                       |  | 180/6        |                          |                         | 0,06             | 0,02  | 6,01   | 23,94                           | 0,03         | №410, 411 Дели 2016                          |
| Хлеб пшеничный                                                      |  | 35           | 35,00                    | 35,00                   | 2,66             | 0,28  | 17,22  | 82,25                           | 0,00         | табл 6 стр 134, Дели +, 2012                 |
| Итого:                                                              |  | 634          |                          |                         | 21,31            | 17,67 | 72,61  | 531,20                          | 17,99        |                                              |
| ВСЕГО:                                                              |  | 1833         |                          |                         | 56,12            | 52,07 | 250,51 | 1719,43                         | 35,22        |                                              |