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

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

19 июня 2026

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Интридиенты	Масса порции	Кол - во брутто	Кол - во нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		140/3			6,33	6,19	24,57	180,10	1,15	№183, сб шк 2017
Чай без сахара, с мармеладом		170/10			0,07	0,02	11,93	48,15	0,02	ТТК
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:		**358**			**8,93**	**11,90**	**49,42**	**343,92**	**1,24**	
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 зеленого горошка к/с		30			0,89	1,55	1,88	25,08	0,00	№10, Сб дошк
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками		150/10			5,29	4,33	10,00	108,56	3,55	№87 СБ дошк. 2016
Тефтели мясные		50			5,79	5,21	5,62	92,46	0,04	СБ дошкольн. 2016
Рагу из овощей		120			2,02	12,56	9,83	162,29	14,30	2016
Компот из свежих фруктов		150			0,17	0,09	7,44	32,89	6,16	ТТК
Хлеб ржаной		40	40,00	40,00	2,64	0,48	15,84	79,20		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		**550**			**16,80**	**24,22**	**50,60**	**500,47**	**24,05**	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток		150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк
(катык, кефир, напиток ацидофильный, **ряженка**)	кисломолочный напиток		155,00	150,00						
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
Рыба, тушеная с овощами	**УЖИН**	40/20			3,20	10,59	21,70	196,18		№229 школьн. 2017
Пюре картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134, Дели +, 2012
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
Итого:		**530**			**13,80**	**18,62**	**73,13**	**516,96**	**17,22**	
ВСЕГО:		**1538**			**39,94**	**55,14**	**182,94**	**1408,35**	**52,51**	

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

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингридиенты	Масса порции от 3 до 7 лет	Кол - во (в г) брутто	Кол - во (в г) нетто	Пищевые вещества белки	жиры	угл-ды	Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептур
ЗАВТРАК										
Каша жидкая молочная гречневая, с маслом сливочным		180/3			8,13	7,34	31,58	225,90	1,48	№183, сб шк 2017
Чай без сахара, с мармеладом		180/20			0,09	0,02	23,84	96,30	0,03	ТТК
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:		**418**			**11,84**	**13,18**	**70,91**	**450,97**	**1,58**	
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 зеленого горошка к/с		50			1,49	2,59	3,13	41,80	0,00	№42, сб шк 2017
Суп гороховый с картофелем, с мясными фрикадельками		180/10			5,95	4,97	11,98	126,35	4,24	№87, 128 сб дошк 2016
Тефтели мясные		70			8,10	7,29	7,87	129,44	0,06	СБ дошкольн. №303, 2016
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148, сб дошк 2016
Компот из свежиьх фруктов		180			0,20	0,11	8,93	39,47	7,40	ТТК
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		**685**			**21,24**	**31,20**	**62,03**	**629,11**	**29,57**	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, **ряженка**)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 138, Дели +, 2012
УЖИН										
Рыба, тушеная с овощами		50/25			9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школьн. 2017
Пюре картофельное		140			2,86	4,48	19,08	128,10	16,96	№339 СБ дошк 2016
Хлеб пшеничный		35	35,00	35,00	2,66	0,28	17,22	82,25	0,00	табл 6 стр 134, Дели +,
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	№412 Дели 2016
Итого:		**635**			**22,80**	**14,50**	**67,65**	**500,03**	**23,99**	
ВСЕГО:		**1838**			**56,28**	**59,28**	**210,38**	**1627,11**	**65,14**	