

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

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)	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, сб 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 +, 2012
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		
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 жд станции Калейкино"
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

День 1 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции от 3 до 7 лет	Кол - во	Кол - во (в	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин	Сборник рецептур
			(в г)	г)						
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным		180/3			7,44	8,07	33,80	238,71	0,86	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		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,07	№3 сб дошк 2016
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)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,54	№420 СБ дошк 2016
Кондитерское изделие	печенье	20	20,00	20,00	1,50	1,96	14,88	83,40		табл 6 стр 136, Дели +, 2012
Котлеты рыбные	УЖИН	70			8,99	4,26	7,82	101,72	0,46	№234 сб шк 2017
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	