

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

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

5 июля 2026

День 5 - ый

День 5 - ый		Ингредиенты	Масса порции	Кол - во	Кол - во	Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
Наименование блюд и продуктов				брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
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.
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)				155,00	150,00						табл 6 стр 130, Дели +, 2012
Кондитерское изделие			20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		№229 школы. 2017
Рыба, тушеная с овощами			40/20			3,20	10,59	21,70	196,18		№339 СБ дошк 2016
Пюре картофельное			120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	табл 6 стр 134, Дели +. 2012
Хлеб пшеничный			20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	№412 Дели 2016
Чай с сахаром и лимоном			150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	
Итого:			530			13,80	18,62	73,13	516,96	17,22	
ВСЕГО:			1538			39,94	55,14	182,94	1408,35	52,51	

Утверждено

Заведующий МБДОУ Д. с "Рябинка" поселка жд станции Калейкино"

Хайрулина Д.Р.

согласно контракта

№2026.567

от 16.12.2025

День 5 - ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции от 3 до 7 лет	Кол - во (в г)	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
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 дошк. №303, 2016
Рагу из овощей		150			2,53	15,70	12,29	202,86	17,87	№148, сб дошк 2016
Компот из свежих 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
Рыба, тушеная с овощами	УЖИН	50/25			9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школы. 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 +, 2012
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	