

Утверждаю
Заведующий МБДОУ
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	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 ячневая молочная с маслом сливочным		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
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			5,38	8,10	23,27	190,25	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 квашенной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
Гуляш из отварной птицы		30/30			9,56	5,30	2,04	92,63	2,39	№260 сб рецептов 2017
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
Итого:		562			19,89	15,96	75,33	527,56	15,45	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацилофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	152,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Расстегай с рыбой	УЖИН	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк
Итого:		405			16,36	13,46	36,87	322,15	75,60	
ВСЕГО:		1431			42,03	37,92	145,27	1086,96	102,29	

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Детский сад "Рябinka", поселка ж/д станции Калейкино"
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

День 7- ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции от 3 до 7 лет	Кол - во (в г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамин С	Сборник рецептов	
			брутто	нетто	белки	жиры				угл-ды
ЗАВТРАК										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80	1,17	ТТК №10Д
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58		№414 Дели 2016
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77		№3 сб дошк 2016
Итого:		409			12,50	13,78	55,88	418,15	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 квашенной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016
Гуляш из отварной птицы		40/40			12,75	7,06	2,72	123,51	3,18	№260 сб рецептов 2017
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 СБ дошк 2016
Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№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		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		705			25,28	21,17	95,73	681,02	21,61	
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
Расстегай с рыбой	УЖИН	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
Итого:		466			17,33	14,25	39,24	343,38	90,69	
ВСЕГО:		1680			55,52	49,60	200,65	1489,55	123,54	