

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Рябинка" поселка ж/д станции Калейкино"

Хайрулина Д.Р.

согласно контракта

№2026.567

от 16.12.2025

День 9-ый

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		140/3			3,83	2,34	19,46	117,34	0,00	ТТК №6Д
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	№413 сб дошк
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		25/5/5			2,53	5,69	12,92	115,67	0,07	№3 сб дошк 2016
Итого:		364			9,39	10,43	42,86	308,77	1,45	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или бананы, или мандарины)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
Итого:		100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		40			0,50	0,04	4,65	20,92	1,92	№42, Сб дошк
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы		150/10			3,88	5,18	7,01	95,65	0,54	№94 сб дошк 2016
Рыба, тушеная с овощами		40/20			3,20	10,59	21,70	196,18		№229 школы. 2017
Пюре картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 СБ дошк 2016
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 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
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144.
Итого:		585			14,36	20,30	87,39	598,78	17,53	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (кефир, 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										
Вак балиш с рисом и мясом		90			7,02	10,35	28,62	234,63		Согласно сборнику рецептов блюд и
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
Итого:		400			11,47	14,12	40,10	332,41	2,69	
ВСЕГО:		1 449			36,12	45,05	178,45	1282,96	81,67	

Утверждаю
Заведующий МБДОУ "Д.с. "Рябичка" пос. Калея жд станции Калейкино"
Хайрулина Д.Р.

согласно контракта
№2026.567
от 16.12.2025

День 9-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	Витамин	Сборник рецептур
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды	Ккал	С	
ЗАВТРАК										
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным		180/3			5,17	5,33	24,92	184,24		ТТК № 6Д №413 сб дошк 2016 №3 сб дошк 2016
Чай с молоком, сахаром		180/6			3,03	2,40	10,48	75,76	1,38	
Бутерброд с сыром, маслом сливочным		30/5/5			3,61	5,83	15,49	128,77	0,04	
Итого:		409			11,81	13,56	50,89	388,77	1,42	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	табл 9 стр 184, Дели +, 2012
Итого:		100			0,90	0,20	8,10	43,00	60,00	
ОБЕД										
Салат из моркови с сахаром		60			0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	№42, Сб дошк 2016
Суп-лапша домашняя на курином бульоне, с мясом птицы		180/10			4,19	5,85	8,40	109,54	0,60	№94 сб дошк 2016
Рыба, тушеная с овощами		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
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	71,52	0,65	№394 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
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		720			23,40	16,20	87,67	605,30	24,84	
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
УЖИН										
Вак балиш с рисом и мясом		90			7,02	10,35	28,62	234,63		Согласно сборника рецептур блюд и кулинарных изделий татарской кухни, 1997 №393 Дели 2010
Чай с сахаром и лимоном		180/6/7			0,13	0,03	6,23	26,48	2,83	
Итого:		270			12,37	14,88	42,41	353,11	3,37	
ВСЕГО:		1499			48,48	44,84	189,07	1390,18	89,63	