

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

согласно контракта
 №2026.567
 от 16.12.2025

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		140/3			4,22	4,92	23,38	155,56	0,60	ТТК №7Д
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:		359			9,78	13,01	46,78	346,99	2,05	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	табл 9 стр 186, Дели +, 2012
Итого:		100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из припущенной моркови с курагой		40			0,59	0,04	5,73	25,68	1,83	№43 сб дошк Дели2016
Рассольник ленинградский, со сметаной		150/6			1,37	3,95	7,40	74,07	5,05	№82 сб дошк 2016
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		50/2			8,70	6,20	8,10	123,20	0,45	№322, сб дошк 2016
Гороховое пюре		110			9,96	2,48	25,64	163,9		№199 сб шк 2017
Напиток из сухофруктов		150			0,50	0,07	14,00	60	0,54	№394 Сб дошк
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144, Дели + 2012
Итого:		543			23,42	13,16	74,72	516,08	7,87	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 Сб дошк 2016
Сдоба обыкновенная		25			1,94	1,18	13,07	71		№449 Сб дошк 2016
Омлет натуральный	УЖИН	130			12,08	21,52	2,29	251,03	0,25	№229, 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
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	36,60	№399 сб дошк
Итого:		480			20,40	26,82	37,07	470,68	37,30	
ВСЕГО:		1482			55,11	53,49	179,57	1429,75	57,22	

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ "Детский сад №10 "Поселка жд станции Калейкино"
 Хайрулина Д.Р.

согласно контракта
 №2026.567
 от 16.12.2025

День 3 - ий

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции от 3 до 7 лет	Кол - во (в г) брутто	Кол - во (в г) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-ды			
ЗАВТРАК										
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным		180/3			5,34	8,40	29,46	215,85	0,86	ТТК №7Д №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	0,07	
Итого:		409			12,68	13,77	56,01	419,33	1,45	
2 - ой ЗАВТРАК										
Фрукты свежие (яблоки, или апельсин, или банан, или мандарин)		100	100,00	100,00	1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	2012
Итого:		100			1,50	0,50	21,00	96,00	10,00	
ОБЕД										
Салат из припущенной моркови с курагой		60			0,88	0,06	8,6	38,52	2,74	№21 сб дошк Дели2016
Рассольник ленинградский на курином бульоне, со сметаной		180/7			2,99	8,01	25,60	198,54	6,11	№82 сб дошк 2016
Котлеты из мяса птицы с маслом сливочным		70/2			12,17	8,10	11,32	167,20	0,63	№322, сб дошк 2016
Гороховое пюре		130			11,79	2,96	30,29	196,94		№199 сб шк 2017
Напиток из сухофруктов		180			0,60	0,08	16,81	72	0,65	№394 Сб дошк 2016
Хлеб ржаной		45	45,00	45,00	2,97	0,54	17,84	89,19		табл 6 стр 144, Дели +, 2012
Итого:		674			31,40	19,75	110,46	761,91	10,13	
ПОЛДНИК										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180	185,00	180,00	5,22	4,50	7,56	92,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Сдоба обыкновенная		50			3,88	2,36	26,15	141		№449 СБ дошк 2016
Омлет натуральный	УЖИН	150			13,94	24,83	2,64	289,66	0,28	№229, 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
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	43,92	№399 сб дошк 2016
Итого:		551			26,31	32,22	60,25	636,29	44,65	
ВСЕГО:		1734			71,89	66,24	247,72	1913,53	66,23	