

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ Д.с. "Габонка" 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	Кол - во		Пищевые вещества			Энергетическая	Витамин	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>358</b>			<b>8,93</b>	<b>11,90</b>	<b>49,42</b>	<b>343,92</b>	<b>1,24</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>100</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>550</b>			<b>16,80</b>	<b>24,22</b>	<b>50,60</b>	<b>500,47</b>	<b>24,05</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150			4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк
Кондитерское изделие	сушки	20	20,00	20,00	2,18	0,26	13,76	66,20		табл 6 стр 130, Дели +, 2012
Рыба, тушеная с овощами	<b>УЖИН</b>	40/20			3,20	10,59	21,70	196,18		№229 школьн. 2017
Пюре картофельное		120			2,45	3,84	16,35	109,80	14,53	№339 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
Чай с сахаром и лимоном		150/5/5			0,10	0,02	5,18	21,78	2,24	№412 Дели 2016
<b>Итого:</b>		<b>530</b>			<b>13,80</b>	<b>18,62</b>	<b>73,13</b>	<b>516,96</b>	<b>17,22</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1538</b>			<b>39,94</b>	<b>55,14</b>	<b>182,94</b>	<b>1408,35</b>	<b>52,51</b>	

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ Д.с "Рубинка" 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 ) брутто	Кол - во (в г ) нетто	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал	Витамин С	Сборник рецептов
					белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>418</b>			<b>11,84</b>	<b>13,18</b>	<b>70,91</b>	<b>450,97</b>	<b>1,58</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>100</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
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 дошкольн. №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
<b>Итого:</b>		<b>685</b>			<b>21,24</b>	<b>31,20</b>	<b>62,03</b>	<b>629,11</b>	<b>29,57</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
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	<b>УЖИН</b>	50/25			9,75	4,95	3,80	105,00	3,75	№229 школьн. 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
<b>Итого:</b>		<b>635</b>			<b>22,80</b>	<b>14,50</b>	<b>67,65</b>	<b>500,03</b>	<b>23,99</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1838</b>			<b>56,28</b>	<b>59,28</b>	<b>210,38</b>	<b>1627,11</b>	<b>65,14</b>	