

Утверждаю

Заведующий МБДОУ "Детский сад "Рябинка" поселка жд станции Калейкино"

Хайрулина Д.Р.

согласно контракта

№2926.567

от 16.12.2025

14 мая 2026

День 9-ый

| Наименование блюд и продуктов                                       | Ингредиенты           | Масса порции | Кол - во | Кол - во | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая | Витамин      | Сборник рецептур                  |
|---|-----------------------|--------------|----------|----------|------------------|--------------|---------------|----------------|--------------|-----------------------------------|
|   |                       |              | (в г)    | (в г)    | белки            | жиры         | угл-ды        | ценность       | С            |                                   |
|   |                       |              | брутто   | нетто    |                  |              |               | Ккал           |              |                                   |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |                       |              |          |          |                  |              |               |                |              |                                   |
| 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                   |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>364</b>   |          |          | <b>9,39</b>      | <b>10,43</b> | <b>42,86</b>  | <b>308,77</b>  | <b>1,45</b>  |                                   |
| <b>2 - ой ЗАВТРАК</b>   |                       |              |          |          |                  |              |               |                |              |                                   |
| Фрукты свежие<br>(яблоки, или апельсины, 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      |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>100</b>   |          |          | <b>0,90</b>      | <b>0,20</b>  | <b>8,10</b>   | <b>43,00</b>   | <b>60,00</b> |                                   |
| <b>ОБЕД</b>   |                       |              |          |          |                  |              |               |                |              |                                   |
| Капуста тушеная   |                       | 40           |          |          | 0,81             | 1,47         | 3,16          | 30,80          | 6,83         | №139, 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,                   |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>585</b>   |          |          | <b>14,67</b>     | <b>21,73</b> | <b>85,90</b>  | <b>608,66</b>  | <b>22,44</b> |                                   |
| <b>ПОЛДНИК</b>  |                       |              |          |          |                  |              |               |                |              |                                   |
| Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка) | кисломолочный напиток | 150          |          | 155,00   | 4,35             | 3,75         | 6,30          | 76,00          | 0,45         | №420 Сб дошк 2016                 |
| <b>УЖИН</b>   |                       |              |          |          |                  |              |               |                |              |                                   |
| Вак балиш с рисом и мясом   |                       | 90           |          |          | 7,02             | 10,35        | 28,62         | 234,63         |              | Согласно сборника рецептур блюд и |
| 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>400</b>   |          |          | <b>11,47</b>     | <b>14,12</b> | <b>40,10</b>  | <b>332,41</b>  | <b>2,69</b>  |                                   |
| <b>ВСЕГО:</b>   |                       | <b>1 449</b> |          |          | <b>36,43</b>     | <b>46,48</b> | <b>176,96</b> | <b>1292,84</b> | <b>86,58</b> |                                   |

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ "Детский сад "Рябinka" поселка 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) брутто | Кол - во (в г) нетто | Пищевые вещества |              |               | Энергетическая ценность Ккал | Витамин С    | Сборник рецептов   |
|---|-----------------------|----------------------------|-----------------------|----------------------|------------------|--------------|---------------|------------------------------|--------------|--|
|   |                       |                            |                       |                      | белки            | жиры         | угл-ды        |                              |              |  |
| <b>ЗАВТРАК</b>  |                       |                            |                       |                      |                  |              |               |                              |              |  |
| Каша пшеничная молочная с маслом сливочным                          |                       | 180/3                      |                       |                      | 5,17             | 5,33         | 24,92         | 184,24                       |              | ТТК № 6Д<br>№413 сб дошк 2016<br>№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         |  |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>409</b>                 |                       |                      | <b>11,81</b>     | <b>13,56</b> | <b>50,89</b>  | <b>388,77</b>                | <b>1,42</b>  |  |
| <b>2 - ой ЗАВТРАК</b>   |                       |                            |                       |                      |                  |              |               |                              |              |  |
| Фрукты свежие (яблоки, или апельсины, или банан, или мандарин)      |                       | 100                        | 100,00                | 100,00               | 0,90             | 0,20         | 8,10          | 43,00                        | 60,00        | табл 9 стр 184, Дети+, 2012  |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>100</b>                 |                       |                      | <b>0,90</b>      | <b>0,20</b>  | <b>8,10</b>   | <b>43,00</b>                 | <b>60,00</b> |  |
| <b>ОБЕД</b>   |                       |                            |                       |                      |                  |              |               |                              |              |  |
| Капуста тушеная   |                       | 60                         |                       |                      | 1,22             | 2,21         | 4,74          | 46,20                        | 10,25        | №139, Сб дошк 2017   |
| 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  |
| Нашиток 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                        | 0,00         | табл 6 стр 144, Дели +, 2012   |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>720</b>                 |                       |                      | <b>23,87</b>     | <b>18,35</b> | <b>85,44</b>  | <b>620,12</b>                | <b>32,21</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                        | 0,54         | №420 СБ дошк 2016  |
| <b>УЖИН</b>   |                       |                            |                       |                      |                  |              |               |                              |              |  |
| Вак балиш с рисом и мясом   |                       | 90                         |                       |                      | 7,02             | 10,35        | 28,62         | 234,63                       |              | Согласно сборника рецептов блюд и кулинарных изделий татарской кухни, 1997<br>№393 Дели 2010 |
| Чай с сахаром и лимоном   |                       | 180/6/7                    |                       |                      | 0,13             | 0,03         | 6,23          | 26,48                        | 2,83         |  |
| <b>Итого:</b>   |                       | <b>270</b>                 |                       |                      | <b>12,37</b>     | <b>14,88</b> | <b>42,41</b>  | <b>353,11</b>                | <b>3,37</b>  |  |
| <b>ВСЕГО:</b>   |                       | <b>1499</b>                |                       |                      | <b>48,95</b>     | <b>46,99</b> | <b>186,84</b> | <b>1405,00</b>               | <b>97,00</b> |  |