

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

согласно контракта  
 №2026.567  
 от 16.12.2025

17 июня 2026

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			
<b>ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>359</b>			<b>9,78</b>	<b>13,01</b>	<b>46,78</b>	<b>346,99</b>	<b>2,05</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>100</b>			<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>543</b>			<b>23,42</b>	<b>13,16</b>	<b>74,72</b>	<b>516,08</b>	<b>7,87</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (катык, 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
Сдоба обыкновенная		25			1,94	1,18	13,07	71		№449 Сб дошк 2016
Омлет натуральный	<b>УЖИН</b>	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
<b>Итого:</b>		<b>480</b>			<b>20,40</b>	<b>26,82</b>	<b>37,07</b>	<b>470,68</b>	<b>37,30</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1482</b>			<b>55,11</b>	<b>53,49</b>	<b>179,57</b>	<b>1429,75</b>	<b>57,22</b>	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад №10 "Поселок 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 рецептур
					белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
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	
<b>Итого:</b>		<b>409</b>			<b>12,68</b>	<b>13,77</b>	<b>56,01</b>	<b>419,33</b>	<b>1,45</b>	
<b>2 - ой ЗАВТРАК</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>100</b>			<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>10,00</b>	
<b>ОБЕД</b>										
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
<b>Итого:</b>		<b>674</b>			<b>31,40</b>	<b>19,75</b>	<b>110,46</b>	<b>761,91</b>	<b>10,13</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацидофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	180		185,00	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	<b>УЖИН</b>	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
<b>Итого:</b>		<b>551</b>			<b>26,31</b>	<b>32,22</b>	<b>60,25</b>	<b>636,29</b>	<b>44,65</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1734</b>			<b>71,89</b>	<b>66,24</b>	<b>247,72</b>	<b>1913,53</b>	<b>66,23</b>	