

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ  
Хайрулина Д.Р.



согласно контракта  
№2026.567  
от 16.12.2025

28 апреля 2026г

День 7 - ой

Наименование блюд и продуктов	Ингредиенты	Масса порции	Кол - во (в г)		Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины	Сборник рецептов
			брутто	нетто	белки	жиры	угл-ды			
<b>ЗАВТРАК</b>										
Каша ячневая молочная с маслом сливочным		140/3			4,70	4,80	23,25	171,47		ТТК №10Д
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
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>5,38</b>	<b>8,10</b>	<b>23,27</b>	<b>190,25</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 квашенной капусты		30			0,51	1,50	2,54	25,71	5,95	№47 Дели 2017
Борщ со свежей капустой, картофелем на курином бульоне, со сметаной		150/5			1,81	3,70	6,74	70,31	6,43	№63, сб дошк 2016
Гуляш из отварной птицы		30/30			9,56	5,30	2,04	92,63	2,39	№260 сб рецептов 2017
Макаронные изделия отварные с маслом сливочным		110/2			4,06	4,76	19,42	136,73	0,00	№205 сб шк 2017
Компот из свежих яблок		150			0,12	0,12	20,91	85,95	0,68	№342 сб шк 2017
Хлеб пшеничный		20	20,00	20,00	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	табл 6 стр 134,
Хлеб ржаной		35	35,00	35,00	2,31	0,42	13,85	69,23		табл 6 стр 144,
<b>Итого:</b>		<b>562</b>			<b>19,89</b>	<b>15,96</b>	<b>75,33</b>	<b>527,56</b>	<b>15,45</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>										
Кисломолочный напиток (катык, кефир, напиток ацилофильный, ряженка)	кисломолочный напиток	150	152,00	150,00	4,35	3,75	6,30	76,00	0,45	№420 СБ дошк 2016
Расстегай с рыбой	<b>УЖИН</b>	100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
Напиток из шиповника		150/5			0,51	0,21	5,57	26,15	75,00	№399 сб дошк
<b>Итого:</b>		<b>405</b>			<b>16,36</b>	<b>13,46</b>	<b>36,87</b>	<b>322,15</b>	<b>75,60</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1431</b>			<b>42,03</b>	<b>37,92</b>	<b>145,27</b>	<b>1086,96</b>	<b>102,29</b>	

Утверждаю  
 Заведующий МБДОУ "Детский сад "Рябинка", поселка ж/д станции Калейкино"  
 Хайрулина Д.Р.

согласно контракта  
 №2026.567  
 от 16.12.2025

День 7- ой



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 ячневая молочная с маслом сливочным		180/3			6,04	5,54	30,04	214,80		ТТК №10Д
Кофейный напиток с молоком		180/6			2,85	2,41	10,35	74,58	1,17	№414 Дели 2016
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>409</b>			<b>12,50</b>	<b>13,78</b>	<b>55,88</b>	<b>418,15</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 квашенной капусты		50			0,85	2,50	4,23	42,85	9,91	№47 Дели 2017
Борщ со свежей капустой, с картофелем на курином бульоне, со сметаной		180/7			1,48	4,59	8,12	85,97	7,71	№63 сб дошк 2016
Гуляш из отварной птицы		40/40			12,75	7,06	2,72	123,51	3,18	№260 сб рецептов 2017
Макаронные изделия отварные, с маслом сливочным		130/3			4,81	6,09	22,96	165,79	0,00	№219 СБ дошк 2016
Компот из свежих яблок		180			0,14	0,14	25,09	103,14	0,81	№342 сб шк 2017
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
<b>Итого:</b>		<b>705</b>			<b>25,28</b>	<b>21,17</b>	<b>95,73</b>	<b>681,02</b>	<b>21,61</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>										
Расстегай с рыбой		100			11,50	9,50	25,00	220,00	0,15	ТТК
Напиток из шиповника		180/6			0,61	0,25	6,68	31,38	90,00	№399 сб дошк 2016
<b>Итого:</b>		<b>466</b>			<b>17,33</b>	<b>14,25</b>	<b>39,24</b>	<b>343,38</b>	<b>90,69</b>	
<b>ВСЕГО:</b>		<b>1680</b>			<b>55,52</b>	<b>49,60</b>	<b>200,65</b>	<b>1489,55</b>	<b>123,54</b>	