

**"Утверждаю"**

Зам.руководителя



"01" марта 2024 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		ЛОРИЙНОСТЬ, кК		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>ЗАВТРАК</b>											
Каша молочная рисовая	150	200	5,58	7,74	5,74	6,78	22,55	27,01	161,02	191,61	21
Яйцо отварное	40	40	4,76	4,76	4,04	4,04	0,24	0,24	56,56	56,56	94
Чай с молоком	180	200	4,02	4,40	3,69	4,03	11,55	12,72	85,00	93,42	92
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
<b>Итого:</b>	<b>398</b>	<b>477</b>	<b>16,49</b>	<b>19,71</b>	<b>13,69</b>	<b>15,2</b>	<b>48,12</b>	<b>58,17</b>	<b>368,21</b>	<b>428,32</b>	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>											
Фрукты	85,5	90	0,60	0,63	0,13	0,14	14,86	15,65	33,25	35,00	84
<b>Итого:</b>	<b>85,5</b>	<b>90</b>	<b>0,6</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>0,14</b>	<b>14,86</b>	<b>15,65</b>	<b>33,25</b>	<b>35</b>	
<b>ОБЕД</b>											
Гурец свежий	30	40	0,64	0,80	2,40	3,00	3,28	4,10	37,60	47,00	62
Суп картоф. с макаронными изд.	150	200	2,27	3,02	3,81	5,08	15,35	20,47	82,75	106,25	43
Котлета куриная	60	80	9,48	12,64	9,86	13,14	10,10	13,46	223,52	314,75	81
Рагу из овощей	110	130	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	144,58	171,76	56
Сок	180	180	0,90	0,90	0,18	0,18	18,18	18,18	82,80	82,80	72
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
<b>Итого:</b>	<b>560</b>	<b>668</b>	<b>18,04</b>	<b>23,21</b>	<b>21,2</b>	<b>27,2</b>	<b>75,49</b>	<b>91,21</b>	<b>622,49</b>	<b>787,46</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>											
Запеканка творожная с морковью	110	120	15,01	17,24	10,80	12,37	23,51	27,03	251,55	288,74	12
Соус молочный сладкий	20	30	0,49	0,74	1,01	1,51	3,16	4,74	23,70	35,55	73
Кондитерка		35		2,68		0,34		11,35		97,50	36
Хлб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,80	5,76	6,40	7,38	8,20	102,24	113,60	26
<b>Итого:</b>	<b>368</b>	<b>452</b>	<b>25,43</b>	<b>31,85</b>	<b>21,07</b>	<b>24,2</b>	<b>75,15</b>	<b>96,84</b>	<b>443,12</b>	<b>622,12</b>	
<b>Всего за 5 день</b>	<b>1412</b>	<b>1687</b>	<b>60,56</b>	<b>75,40</b>	<b>56,09</b>	<b>66,72</b>	<b>213,62</b>	<b>261,87</b>	<b>1466,02</b>	<b>1837,90</b>	