

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с УИОП

"03" апреля 2025 год А.Н. Егоров

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		АЛОРИЙНОСТЬ, кКА		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная гречневая	150	180	5,04	6,72	6,03	8,04	20,24	26,98	155,62	207,49	19
Яйцо варёное	40	40	0,04	0,04	5,78	5,78	0,06	0,06	52,37	52,37	44
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Кофейный напиток	180	200	4,02	4,40	3,69	4,03	11,45	12,62	85,00	93,42	41
Итого:	398	457	11,23	13,97	15,72	18,15	45,53	57,86	358,62	440,01	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	0,40	0,40	0,30	0,30	10,30	10,30	45,50	45,50	84
Итого:	85,5	90	0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	45,5	45,5	
ОБЕД											
Салат из квашенной капусты	30	50	0,58	0,97	2,67	4,45	3,09	5,15	38,68	64,47	69
Суп рыбный с консервами	150	200	8,87	11,82	3,85	5,13	13,43	17,91	123,57	164,76	80
Печень по строгоновски	60	80	13,81	18,41	9,73	12,98	4,95	6,58	162,48	216,62	52
Картофельное пюре	110	130	2,77	3,34	4,59	6,19	20,74	24,75	127,22	150,35	17
Кисель	150	180	45,00	60,00	0,00	0,00	18,75	25,00	73,20	97,60	11
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	530	698	73,01	97,05	21,2	29,21	70,98	92,08	576,39	758,87	
ПОЛДНИК											
Макароны с тёртым сыром	110	130	6,82	8,03	6,40	7,56	21,08	24,80	168,76	199,45	44
Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	60	5,93	5,93	5,53	5,53	22,86	22,86	164,90	164,90	52
Хлеб пшеничный		37		2,81		0,30		18,20		86,73	89
Молоко кипяченное	180	200	4,86	5,80	5,76	6,40	7,38	8,20	96,12	106,80	46
Итого:	350	427	17,61	22,57	17,69	19,79	51,32	74,06	429,78	557,88	
Всего за 4 день	1363,5	1672	102,3	134	54,91	67,45	178,13	234,3	1410,29	1802,26	