

"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

"05" марта 2025 год

А.Н. Егоров

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, кКА		№ технологической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная гречневая	150	200	5,01	5,94	6,28	7,46	20,54	24,77	158,92	190,20	23
Масло сливочное	7	7	4,76	4,76	4,04	4,04	0,24	0,24	56,56	56,56	94
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Какао на молоке	180	200	4,02	4,40	3,69	4,03	11,55	12,72	95,65	105,02	15
Итого:	398	477	15,92	17,91	14,23	15,83	46,11	55,93	376,76	438,51	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	84
Итого:	85,5	90	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ОБЕД											
Икра кабачковая	40	60	0,76	1,14	3,56	5,34	3,08	4,62	47,60	71,40	14
Суп картофельный с пшеником и курами	150	200	6,05	8,07	4,53	6,04	19,56	26,10	142,47	189,86	77
Голубцы ленивые в сметанно томатном соусе	170	200	10,87	13,40	8,63	10,23	19,31	23,07	199,05	288,50	7
Компот из изюма	150	200	0,51	0,68	0,21	0,28	14,23	18,97	61,00	81,33	13
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	540	698	20,17	25,80	17,29	22,35	66,20	85,45	501,36	695,99	
ПОЛДНИК											
Биточки из говядины	60	80	12,42	16,56	12,47	16,63	10,41	13,89	197,95	263,93	2
Винегрет с растительным маслом	110	130	1,67	2,45	9,92	11,12	9,49	15,19	133,64	170,64	6
Кондитерка		35									
Хлеб ржаной	30	35	1,98	2,31	0,36	0,42	10,02	11,69	51,24	59,78	90
Чай с сахаром	180	200	0,19	0,21	0,05	0,06	6,45	7,16	26,94	29,88	93
Итого:	405	470	16,26	21,53	22,80	30,48	36,37	65,03	514,02	524,23	
Всего за 3 день	1429	1735	52,75	65,64	54,72	69,1	175,6	213,14	1436,54	1807,38	