

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с УИОП

Егоров А.Н.

"07" марта 2024 год



Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		ЛОРИЙНОСТЬ, кК		№ технологической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша молочная кукурузная	150	200	5,01		6,20		20,54		173,69	231,58	22
Сыр	8	13	0,05	0,05	3,72	3,72	0,08	0,08	29,74	48,37	82
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	87,73	89
Кофейный напиток	180	200	2,34	3,12	2,00	2,67	10,63	14,17	95,25	104,62	41
Итого:	366	450	9,45	5,85	12,18	6,73	39,93	25,60	364,31	472,30	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	43,20	45,50	386
Итого:	90	90	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	43,20	45,50	
ОБЕД											
Огурец свежий	30	40	0,80	1,20	3,60	5,40	3,40	5,10	22,20	37,00	66
Рассольник Ленинградский на м/б со сметаной	180	200	3,29	4,39	3,17	4,22	9,79	13,06	104,38	139,17	57
Капуста тушеная с мясом	150	200	11,88	14,67	13,31	16,45	15,54	19,20	253,11	314,10	16
Напиток из шиповника	150	200	40,00	60,00	0,00	0,00	22,50	25,00	61,00	81,33	13
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	540	678	57,95	82,70	20,44	26,51	61,25	74,72	489,78	636,50	
ПОЛДНИК											
Омлет с зеленым горошком	130	150	17,58	23,34	13,30	17,40	33,35	43,43	140,06	161,52	51
Ватрушка с повидлом	20	20	0,58	0,96	1,36	2,26	3,98	6,63	241,32	241,32	5
Сок	180	180	5,40	6,00	2,00	2,00	7,20	8,00	26,94	29,88	93
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	86,73	89
Итого:	378	407	26,49	33,86	18,42	23,50	61,63	77,83	473,95	519,45	
Всего за 9 день	1374	1625	94,27	122,81	51,32	57,04	172,59	188,45	1371,24	1763,26	