

"Утверждаю"

Директор СОЦ №18 с УИОП

А.Н. Егоров

"09" апреля 2024 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, ккал		№ технологической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша молочная гречневая	150	200	5,01	6,69	6,56	8,74	18,01	24,02	155,62	207,49	25
Сыр	8	13	0,04	0,04	5,78	5,78	0,06	0,06	29,74	48,37	82
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	95,25	104,62	41
Итого:	366	450	11,20	13,94	16,25	18,85	43,30	54,90	346,24	447,21	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	0,38	0,40	0,38	0,40	9,30	9,80	42,20	44,40	84
Итого:	85,5	90	0,38	0,40	0,38	0,40	9,30	9,80	42,20	44,40	
ОБЕД											
Огурец свежий	30	40	0,26	0,42	0,03	0,05	0,50	0,80	3,30	5,30	49
Борщ с мясом и сметаной	150	200	8,72	11,62	8,85	11,80	17,40	23,22	176,74	235,65	3
Котлета из говядины	60	80	10,20	13,62	10,39	13,85	8,95	11,93	165,50	220,66	40
Картофельное пюре	110	130	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	127,22	150,35	17
Компот из сухофруктов	150	200	0,38	0,51	0,00	0,00	16,08	21,32	65,83	87,28	30
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	530	688	24,31	32,02	24,22	31,53	71,51	92,27	589,83	764,14	
ПОЛДНИК											
Рыба запеченная в омлете	150	150	27,34	27,34	9,67	9,67	6,04	6,04	221,00	221,00	58
Сдоба обыкновенная	60	60	5,02	5,02	3,08	3,08	33,63	33,63	182,41	182,41	71
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
сахаром	180	200	0,19	0,21	0,05	0,05	6,45	7,16	82,80	82,80	72
Итого:	418	427	34,68	35,62	13,02	13,13	59,90	88,97	551,84	572,94	
Всего за 2 день	1400	1655	70,57	81,98	53,87	63,91	184,01	245,94	1493,29	1828,69	