

"Утверждаю"

Директор МБОУ "СОШ №18 с УИОП"

А.Н. Егоров

"10" марта 2025 год

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 кукурузная	150	200	5,81	6,69	7,33	8,74	19,85	24,02	155,62	207,49	19
Масло сливочное	7	7	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
Какао на молоке	180	200	4,02	4,40	3,69	4,03	11,45	12,62	95,65	105,02	15
Итого:	365	444	12	13,9	17,02	18,9	45,14	54,84	346,64	447,61	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	1,42	1,50	0,48	0,50	19,95	21,00	35,91	37,80	386
Итого:	85,5	90	1,42	1,5	0,48	0,5	19,95	21	35,91	37,8	
ОБЕД											
Огурец свежий	30	50	0,57	0,95	2,67	4,45	2,31	3,85	35,70	59,50	14
Свекольник на м/б. со сметаной	150	200	3,11	4,15	2,53	3,37	19,61	26,15	113,28	151,04	70
Гуляш из отварной говядины	60	80	11,32	15,46	10,97	14,96	4,62	6,10	156,93	213,25	9
Гречка отварная	110	130	6,02	7,10	5,10	6,02	26,45	31,19	180,56	211,04	20
Компот из свежих плодов	150	200	0,07	0,09	0,70	0,90	10,50	11,94	42,76	48,77	29
Хлеб ржаной	28	36	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	528	696	23,1	30,3	22,33	30,2	73,51	91,92	580,47	748,5	
ПОЛДНИК											
Тефтели рыбные тушеные в соусе томатном с овощами	60	80	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	127,22	150,35	17
Картофельное пюре	110	130	10,76	14,34	2,55	3,36	9,28	12,28	103,17	136,70	83
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Сок	180	180	0,24	0,27	0,05	0,06	6,63	7,35	82,80	82,80	72
Итого:	378	427	15,9	20,8	7,41	9,09	48,25	60,14	378,82	564,78	
Всего за 6 день	1357	1657	52,4	66,5	47,24	58,6	186,9	227,9	1450	1798,69	