

"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

А.Н. Егоров

"11" марта 2025 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		ЛОРИЙНОСТЬ, кК		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша жидкая мол. "Дружба"	150	200	6,38	8,50	5,26	7,01	41,19	54,93	136,32	181,76	18
Яйцо варёное	40	40	2,32	3,48	2,95	4,43	2,45	3,53	56,56	56,56	94
Кофейный напиток	180	200	3,17	3,52	3,35	3,72	22,94	25,19	85,00	93,42	92
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	86,73	89
Итого:	398	477	13,92	18,18	11,82	15,5	75,26	95	343,51	418,47	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	0,38	0,40	0,38	0,40	9,30	9,80	33,25	35,00	386
Итого:	90	90	0,38	0,4	0,38	0,4	9,3	9,8	33,25	35	
ОБЕД											
Салат из капусты с морковью	30	50	0,56	0,85	2,03	3,05	3,60	5,41	38,68	64,47	60
Рассольник Ленинградский на кур/б.	150	200	1,09	1,45	2,94	3,93	75,15	100,20	130,31	173,75	79
Котлета куриная	60	80	8,87	11,78	9,83	12,91	11,71	14,90	167,25	223,00	40
Картофельное пюре	110	130							127,22	150,35	17
Сок	150	200	0,33	0,44	0,02	0,03	22,28	24,76	82,80	82,80	72
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	530	698	12,83	16,96	15,18	20,36	122,76	157,63	597,5	759,27	
ПОЛДНИК											
Запеканка твор. со сгущенкой	130	150	7,61	10,64	2,45	3,76	5,33	7,67	321,09	374,35	11
Кондитерка	40	40	0,00	0,24	0,00	0,03	0,00	23,94	0,00	97,50	
Хлеб пшеничный	28	37	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	65,63	86,73	89
Кисломолочный напиток	180	200	0,18	0,22	0,00	0,00	12,60	15,40	102,24	113,60	26
Итого:	418	487	10,34	14,4	5,25	7,88	31,29	64,39	453,82	672,18	
Всего за 7 день	1436	1752	37,47	49,94	32,63	44,14	238,61	326,82	1428,08	1849,92	