

"Утверждаю"

Директор МБОУ "СОШ № 18 с УИОП"

А.Н. Егоров

"12" марта 2025 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, кКАЛ		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная рисовая	150	200	2,27	3,03	2,78	3,70	18,84	25,12	158,92	190,20	23
Сыр	8	13	0,05	0,05	3,72	3,72	0,08	0,08	56,56	56,56	94
Хлеб пшеничный	27	36	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	86,73	89
Какао на молоке	180	200	2,67	3,53	2,34	3,11	14,31	15,08	95,25	104,62	41
Итого:	365	449	7,04	9,29	9,1	10,9	41,91	51,63	376,36	438,11	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	95	100	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	42,18	44,40	386
Итого:	95	100	0,38	0,4	0,28	0,3	9,78	10,3	42,18	44,4	
ОБЕД											
Салат из квашенной капусты	30	50	0,80	1,20	3,60	5,40	3,40	5,10	35,25	47,00	62
Суп фасолевый с мясом	150	200	3,50	4,70	6,90	9,22	10,24	13,66	107,34	149,99	75
Котлета рыбная "Любительская"	60	80	7,61	10,64	2,45	3,76	5,33	7,67	92,72	123,63	39
Картофельное пюре	110	130	2,94	3,71	2,60	3,26	30,61	38,26	127,22	150,35	17
Компот из изюма	150	200	0,90	0,90	0,00	0,00	18,18	18,18	59,72	79,11	18
Хлеб ржаной	28	36	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	528	696	17,7	23,6	15,91	22,1	77,78	95,23	473,49	614,98	
ПОЛДНИК											
Оладьи из печени по - кунцевски	60	80	8,56	10,71	14,17	18,59	1,32	1,65	135,26	159,85	62
Салат картофельный с морковью и зелёным горошком	110	130	14,41	14,41	3,10	3,10	4,02	4,02	152,00	202,16	50
Кондитерка	25	25									
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	86,73	89
Чай с лимоном и сахаром	180	200	5,22	5,80	4,50	5,00	7,56	8,40	27,95	30,99	91
Итого:	403	472	30,2	33,6	22,03	27	21,58	25,42	490,64	479,73	
Всего за 9 день	1391	1717	55,4	66,9	47,32	60,3	151,1	182,6	1382,67	1787,02	