

"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

А.Н. Егоров

"13" 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 овсянная	150	200	2,27	3,03	2,78	3,70	18,84	25,12	155,78	207,71	24
Масло сливочное	7	7		0,04		5,78		0,06	52,37	52,37	44
Хлеб пшеничный	25	35	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	95,65	105,02	15
Итого:	362	442	6,99	9,28	5,38	12,9	41,83	51,61	369,43	451,83	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	1,42	1,50	0,48	0,50	19,95	21,00	43,25	45,50	84
Итого:	90	90	1,42	1,5	0,48	0,5	19,95	21	43,25	45,5	
ОБЕД											
Зелёный горошек	30	40	0,56	0,85	2,03	3,05	3,60	5,41	18,48	30,80	12
Щи из свежей капусты на м/б.	150	200	1,22	1,63	3,00	4,00	8,46	11,29	97,22	129,63	94
Бефстроганов из отварной говядины	60	80		13,60		13,10		4,88	135,78	185,21	1
Макароны отварные	110	130	19,58	24,47	5,02	6,27	7,41	21,76	148,54	175,43	42
Компот из св. фруктов	150	200	0,90	0,90	0,00	0,00	18,18	18,18	65,83	87,28	30
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	65,90	90
Итого:	530	688	24,2	43,9	10,4	26,9	47,67	73,88	517,09	674,25	
ПОЛДНИК											
Жаркое из сердца	120	150	2,04	2,45	9,27	11,12	12,64	15,19	183,46	216,95	10
Булочка сдобная	60	60		2,25		2,94		22,32	184,00	184,00	4
Чай с молоком	180	200							85,00	93,42	92
Хлеб ржаной	30	35	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	51,24	59,78	90
Итого:	390	445	4,09	7,38	9,53	14,4	21,32	48,86	503,7	554,15	
Всего за 8 день	1372	1665	36,7	62,1	25,8	54,7	130,8	195,4	1435,2	1725,73	