

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с УИОП

А.Н. Егоров

"14 " марта 2024год

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	5,94	6,28	7,46	20,54	24,77	155,62	207,49	19
Масло сливочное	7	7	4,76	4,76	4,04	4,04	0,24	0,24	52,37	52,37	44
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	11,55	12,72	95,24	104,62	41
Итого:	365	444	15,92	17,91	14,23	15,83	46,11	55,93	368,86	451,21	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	1,42	1,50	0,48	0,50	19,95	21,00	43,20	45,50	84
Итого:	85,5	90	1,42	1,5	0,48	0,5	19,95	21	43,2	45,5	
ОБЕД											
Салат из белокач.капусты с морковью	40	50	0,30	0,51	1,65	2,72	0,92	1,53	51,58	64,47	60
Суп рыбный с консервами	150	200	8,87	11,82	3,85	5,13	13,43	17,91	123,57	164,76	80
Печень по строгоновски	60	80	13,81	18,41	9,73	12,98	4,95	6,58	162,48	216,62	52
Картофельное пюре	110	130	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	127,22	150,35	17
Кисель	150	180	45,00	60,00	0,00	0,00	18,75	25,00	73,20	97,60	11
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	540	678	72,43	96,08	18,53	23,94	65,71	84,49	589,29	758,7	
ПОЛДНИК											
Макароны с тёртым сыром	110	130	6,82	8,03	6,40	7,56	21,08	24,80	168,76	199,45	44
Пирожок печеный с капустой и яйцом	60	60	5,93	5,93	5,53	5,53	22,86	22,86	164,90	164,90	52
Хлеб пшеничный		37	2,81		0,30		18,20		86,73		89
Молоко кипяченое	180	200	4,86	5,40	5,04	5,60	7,74	8,60	96,12	106,80	46
Итого:	350	427	17,61	22,17	16,97	18,99	51,68	61,6	429,78	557,88	
Всего за 4 день	1340,5	1639	107,4	137,7	50,21	59,26	183,45	213	1431,1	1813,29	