

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с УИОП
Егоров А.Н.

"14" марта 2025 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, кК		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная манная	150	200	5,01		6,20		20,54		173,69	231,58	22
Яйцо варёное	40	40	0,05	0,05	3,72	3,72	0,08	0,08	29,74	48,37	82
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	87,73	89
Кофейный напиток	180	200	2,34	3,12	2,00	2,67	10,63	14,17	95,25	104,62	41
Итого:	398	477	9,45	5,85	12,18	6,73	39,93	25,60	364,31	472,40	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	43,20	95,00	386
Итого:	90	90	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	43,20	95,00	
ОБЕД											
Икра кабачковая	30	40	0,80	1,20	3,60	5,40	3,40	5,10	22,20	37,00	66
Суп картоф. с макар. изд. на м/б	150	200	3,29	4,39	3,17	4,22	9,79	13,06	130,31	173,75	79
Капуста тушеная с мясом	150	200	11,88	14,67	13,31	16,45	15,54	19,20	253,11	314,10	16
Напиток из шиповника	150	200	40,00	60,00	0,00	0,00	22,50	25,00	61,00	81,33	13
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	510	678	57,95	82,70	20,44	26,51	61,25	74,72	517,86	671,08	
ПОЛДНИК											
Запеканка творожная с морковью	130	150	17,58	23,34	13,30	17,40	33,35	43,43	140,06	161,52	51
Соус молочный	20	30									
Кондитерка	25	25	0,58	0,96	1,36	2,26	3,98	6,63	241,32	241,32	5
Кисломолочный продукт	180	180	5,40	6,00	2,00	2,00	7,20	8,00	82,80	82,80	93
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	86,73	89
Итого:	403	442	26,49	33,86	18,42	23,50	61,63	77,83	529,81	572,37	
Всего за 10 день	1401	1687	94,27	122,81	51,32	57,04	172,59	188,45	1412,08	1810,85	