



**"Утверждаю"**

Директор СОЦ №18 с УИОП

А.Н. Егоров

"14" мая 2024 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, кКА		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>ЗАВТРАК</b>											
Каша жидкая молочная манная	150	200	5,01	5,94	6,28	7,46	20,54	24,77	158,92	190,20	23
Масло сливочное	7	7	4,76	4,76	4,04	4,04	0,24	0,24	56,56	56,56	94
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Какао с молоком	180	200	4,02	4,40	3,69	4,03	11,55	12,72	95,65	105,02	15
<b>Итого:</b>	<b>398</b>	<b>477</b>	<b>15,92</b>	<b>17,91</b>	<b>14,23</b>	<b>15,83</b>	<b>46,11</b>	<b>55,93</b>	<b>376,76</b>	<b>438,51</b>	
<b>ВТОРОЙ ЗАВТРАК</b>											
Фрукты	85,5	90	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	84
<b>Итого:</b>	<b>85,5</b>	<b>90</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>											
Икра кабачковая	40	60	0,76	1,14	3,56	5,34	3,08	4,62	47,60	71,40	14
Суп картофельный с пшеном и курами	150	200	6,05	8,07	4,53	6,04	19,56	26,10	142,47	189,86	77
Голубцы ленивые в соусе томатном с овощами	170	200	10,87	13,40	8,63	10,23	19,31	23,07	199,05	288,50	7
Напиток из шиповника	150	200	0,51	0,68	0,21	0,28	14,23	18,97	61,00	81,33	13
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
<b>Итого:</b>	<b>540</b>	<b>698</b>	<b>20,17</b>	<b>25,80</b>	<b>17,29</b>	<b>22,35</b>	<b>66,20</b>	<b>85,45</b>	<b>501,36</b>	<b>695,99</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>											
Биточки из говядины	60	80	12,42	16,56	12,47	16,63	10,41	13,89	197,95	263,93	2
Салат картофельный с морковью и зелёным горошком	110	130	1,67	2,45	9,92	11,12	9,49	15,19	133,64	170,64	6
Кондитерка	25	25	1,73	1,73	2,25	2,25	17,10	17,10	104,25	104,25	36
Хлеб ржаной	30	35	1,98	2,31	0,36	0,42	10,02	11,69	51,24	59,78	90
Чай с сахаром	180	200	0,19	0,21	0,05	0,06	6,45	7,16	26,94	29,88	93
<b>Итого:</b>	<b>405</b>	<b>470</b>	<b>17,99</b>	<b>23,26</b>	<b>25,05</b>	<b>30,48</b>	<b>53,47</b>	<b>65,03</b>	<b>514,02</b>	<b>628,48</b>	
<b>Всего за 3 день</b>	<b>1429</b>	<b>1735</b>	<b>54,48</b>	<b>67,37</b>	<b>56,97</b>	<b>69,1</b>	<b>175,6</b>	<b>213,14</b>	<b>1436,54</b>	<b>1807,38</b>	