



"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

А.Н. Егоров

15 апреля 2024 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		АЛОРИЙНОСТЬ, кКА		№ технологической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша молочная пшеничная	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	50	0,56	0,85	2,03	3,05	3,60	5,41	18,48	30,80	12
Щи на м/б со сметаной	150	200	1,22	1,63	3,00	4,00	8,46	11,29	97,22	129,63	94
Бефстроганов из 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 сухофруктов	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	698	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 ванильна	60	60		2,25		2,94		22,32	184,00	184,00	4
Чай с мололком	180	200							85,00	93,42	92
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	51,24	59,78	90
Итого:	388	447	4,09	7,38	9,53	14,4	21,32	48,86	503,7	554,15	
Всего за 6 день	1370	1677	36,7	62,1	25,8	54,7	130,8	195,4	1435,2	1725,73	