

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с/МОП

"19" марта 2025 год, А.Н. Егоров

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, кКА		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
каша жидкая											
молочная											
гречневая	150	200	5,04	6,72	6,03	8,04	20,24	26,98	155,62	207,49	19
Яйцо варёное	40	40	0,04	0,04	5,78	5,78	0,06	0,06	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	11,45	12,62	85,00	93,42	41
Итого:	398	477	11,23	13,97	15,72	18,15	45,53	57,86	358,62	440,01	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	0,40	0,40	0,30	0,30	10,30	10,30	45,50	45,50	84
Итого:	85,5	90	0,4	0,4	0,3	0,3	10,3	10,3	45,5	45,5	
ОБЕД											
Салат из											
св.помидор	30	50	0,58	0,97	2,67	4,45	3,09	5,15	38,68	64,47	69
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	6,19	20,74	24,75	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:	530	698	73,01	97,05	21,2	29,21	70,98	92,08	576,39	758,87	
ПОЛДНИК											
Сырники со											
сгущенкой	110	130	6,82	8,03	6,40	7,56	21,08	24,80	168,76	199,45	44
Кондитерка	30	30	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
Снежок	180	200	4,86	5,80	5,76	6,40	7,38	8,20	96,12	106,80	46
Итого:	320	397	17,61	22,57	17,69	19,79	51,32	74,06	429,78	557,88	
Всего за 4 день	1333,5	1662	102,3	134	54,91	67,45	178,13	234,3	1410,29	1802,26	