

"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

А.Н. Егоров

"21" марта 2025 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		КАЛОРИЙНОСТЬ, кКА		№ технол огичес кой карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша жидкая молочная манная	150	200	5,80	7,74	5,09	6,78	29,26	27,01	143,70	191,61	21
Яйцо варёное	40	40	4,76	4,76	4,04	4,04	0,24	0,24	56,56	56,56	94
Чай с молоком	180	200	3,12	3,43	3,12	3,41	11,07	12,21	85,00	93,42	92
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Итого:	398	477	15,81	18,74	12,47	14,53	54,35	57,66	350,89	428,32	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	84
Итого:	85,5	90,00	0,40	0,40	0,40	0,40	9,80	9,80	44,40	44,40	
ОБЕД											
Помидор свежий	30	40	0,64	0,85	2,74	3,65	3,76	5,02	51,20	64,00	66
Суп с клёцками на кур/б	150	200	8,72	11,62	8,85	11,80	17,42	23,22	82,75	106,25	43
Суфле куриное	60	80	11,48	13,62	11,71	13,85	10,25	11,93	196,88	262,50	81
Рагу из овощей	110	130	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	144,58	171,76	56
Сок	180	180	0,07	0,09	0,07	0,09	8,96	11,94	36,58	48,77	29
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	560	668	25,66	32,03	28,32	35,22	68,97	87,11	563,23	718,18	
ПОЛДНИК											
Запеканка творожная с морковью	130	150	8,85	10,21	9,62	11,10	4,43	5,11	251,55	288,74	12
Соус молочный сладкий	20	30	0,49	0,74	1,01	1,51	3,16	4,74	23,70	35,55	73
Хлеб пшеничный	28	37	2,13	2,81	0,22	0,30	13,78	18,20	65,63	86,73	89
Кисломолочный продукт	180	200	5,22	5,80	5,76	6,40	7,38	8,20	102,24	113,60	26
Итого:	358	447	16,69	19,8	16,61	19,34	28,75	60,19	443,12	622,12	
Всего за 5 день	1402	1682	58,56	70,97	57,80	69,49	161,9	214,76	1401,64	1813,02	