

"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

Егоров А.Н.

"24" марта 2025 год

Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		ЛОРИЙНОСТЬ, кК		№ технолог ической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Паша жидкая											
Молочная											
кукурузная	180	200	6,20	7,34	6,26	7,40	20,42	24,44	155,62	207,49	25
Сыр	8	13	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	86,73	89
Какао с молоком	180	200	3,17	3,52	3,35	3,72	22,94	25,19	95,65	105,02	15
Итого:	396	450	11,47	13,59	13,59	15,18	52,12	61,06	346,64	447,61	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	0,38	0,40	0,38	0,40	9,30	9,80	95,00	95,00	84
Итого:	90	90	0,38	0,4	0,38	0,4	9,3	9,8	95	95	
ОБЕД											
Огурец свежий	30	50	0,60	0,80	2,25	3,00	3,08	4,10	47,60	71,40	15
Свекольник на м/б. со сметаной	150	200	3,29	4,39	3,17	4,22	9,79	13,06	113,28	151,04	70
Гуляш из говядины	60	80	8,87	11,78	9,83	12,91	11,71	14,90	94,50	133,33	9
Каша гречневая рассыпная	110	130	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	180,56	211,04	20
Компот из свежих плодов	150	180	0,38	0,51	0,00	0,00	16,08	21,32	36,58	48,77	29
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	530	678	17,89	23,26	20,2	25,94	69,24	88,05	523,76	680,48	
ПОЛДНИК											
Картоф. пюре	110	130	6,82	8,03	6,40	7,56	21,08	24,80	127,22	150,35	17
Котлета рыбная	60	80	4,79	4,79	2,13	2,13	50,72	50,72	103,17	136,71	83
Кондитерка		35							95,91	95,91	36
Хлеб пшеничный	28	37							65,63	86,73	89
Кисель	180	200	0,64	0,71	0,16	0,18	18,04	20,11	82,80	82,80	72
Итого:	420	540	12,25	13,53	8,69	9,87	89,84	95,63	474,73	552,5	
Всего за 6 день	1436	1758	41,99	50,78	42,86	51,39	220,5	254,5	1440,1	1775,6	