

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с УИОП

Б.А.Н. ЕГОРОВ

"27" марта 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	
ЗАВТРАК											
Каша молочная рисовая	150	200	14,41	14,41	3,10	3,10	4,02	4,02	163,08	207,49	19
Масло сливочное	7	7							52,37	52,37	44
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	2,67	3,53	2,34	3,11	14,31	15,08	95,25	104,62	41
Итого:	365	444	19,13	20,62	5,70	6,55	27,01	30,45	376,33	451,21	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	0,60	0,63	0,13	0,14	14,86	15,65	44,00	44,00	84
Итого:	90	90	0,60	0,63	0,13	0,14	14,86	15,65	44,00	44,00	
ОБЕД											
Икра кабачковая	40	60	0,80	1,20	3,60	5,40	3,40	5,10	47,60	71,40	14
Суп картофельный с крупой и курами	150	200	3,50	4,70	6,90	9,22	10,24	13,66	92,52	118,47	99
Голубцы ленивые	120	150	7,61	10,64	2,45	3,76	5,33	7,67	207,45	211,68	
Соус томатный с овощами	30	30							40,50	40,50	
Напиток из шиповника	180	200							82,80	82,80	72
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	555	742	13,89	18,98	###	18,82	28,99	38,79	522,11	589,75	
ПОЛДНИК											
Винегрет с растительным маслом	110	130	0,56	0,85	2,03	3,05	3,60	5,41	133,64	157,94	6
Биточки из говядины	60	80	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	197,95	263,93	2
Кондитерка	20	20								97,50	36
Хлеб пшеничный	28	37							65,63	86,73	89
Чай с сахаром	180	200	0,18	0,22	0,00	0,00	12,60	15,40	87,84	97,60	11
Итого:	450	515	2,79	3,75	2,29	3,39	24,88	32,16	485,06	703,70	
Всего за 4 день	1460	1791	36,41	43,98	###	28,90	95,74	###	1427,50	1788,66	