

"Утверждаю"

Директор СОШ № 18 с УИОП

Егоров А.Н.

"28" 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											
Каша жидкая молочная гречневая	150	200	5,01		6,20		20,54		173,69	231,58	22
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	87,73	89
Какао с молоком	180	200	2,34	3,12	2,00	2,67	10,63	14,17	95,25	104,62	41
Итого:	366	450	9,45	5,85	12,18	6,73	39,93	25,60	364,31	472,40	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	90	90	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	43,20	95,00	386
Итого:	90	90	0,38	0,40	0,28	0,30	9,78	10,30	43,20	95,00	
ОБЕД											
Икра кабачковая	30	40	0,80	1,20	3,60	5,40	3,40	5,10	22,20	37,00	66
Суп картоф. с макар. изд. на м/б	150	200	3,29	4,39	3,17	4,22	9,79	13,06	130,31	173,75	79
Капуста тушеная с мясом	150	200	11,88	14,67	13,31	16,45	15,54	19,20	253,11	314,10	16
Напиток из шиповника	150	200	40,00	60,00	0,00	0,00	22,50	25,00	61,00	81,33	13
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,44	0,36	0,44	10,02	12,36	51,24	64,90	90
Итого:	510	678	57,95	82,70	20,44	26,51	61,25	74,72	517,86	671,08	
ПОЛДНИК											
Омлет с зелёным горошком	130	150	17,58	23,34	13,30	17,40	33,35	43,43	140,06	161,52	51
Ватрушка с повидлом	60	60	0,58	0,96	1,36	2,26	3,98	6,63	241,32	241,32	5
Сок	180	180	5,40	6,00	2,00	2,00	7,20	8,00	82,80	82,80	93
Хлеб пшеничный	28	37	2,05	2,68	0,26	0,34	8,68	11,35	65,63	86,73	89
Итого:	418	447	26,49	33,86	18,42	23,50	61,63	77,83	529,81	572,37	
Всего за 10 день	1384	1665	94,27	122,81	51,32	57,04	172,59	188,45	1412,08	1810,85	