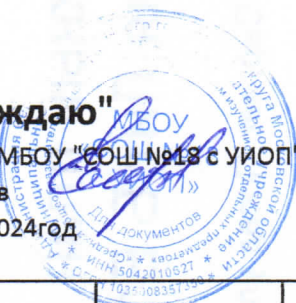


"Утверждаю"

Директор МБОУ "СОШ №18 с УИОП"

А.Н. Егоров

"06" мая 2024 год



| Наименование блюда | ВЫХОД | | БЕЛКИ, г | | ЖИРЫ, г | | УГЛЕВОДЫ, г | | КАЛОРИЙНОСТЬ, кКА | | № технологической карты |
|---|-------------|-------------|-------------|-------------|--------------|-------------|--------------|--------------|-------------------|----------------|-------------------------|
| | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | |
| ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| Каша молочная кукурузная | 150 | 200 | 5,81 | 6,69 | 7,33 | 8,74 | 19,85 | 24,02 | 155,62 | 207,49 | 19 |
| Масло сливочное | 7 | 7 | 0,04 | 0,04 | 5,78 | 5,78 | 0,06 | 0,06 | 29,74 | 48,37 | 82 |
| Хлеб пшеничный | 28 | 37 | 2,13 | 2,81 | 0,22 | 0,30 | 13,78 | 18,20 | 65,63 | 86,73 | 89 |
| Какао на молоке | 180 | 200 | 4,02 | 4,40 | 3,69 | 4,03 | 11,45 | 12,62 | 95,65 | 105,02 | 15 |
| Итого: | 365 | 444 | 12 | 13,9 | 17,02 | 18,9 | 45,14 | 54,84 | 346,64 | 447,61 | |
| ВТОРОЙ ЗАВТРАК | | | | | | | | | | | |
| Фрукты | 85,5 | 90 | 1,42 | 1,50 | 0,48 | 0,50 | 19,95 | 21,00 | 35,91 | 37,80 | 386 |
| Итого: | 85,5 | 90 | 1,42 | 1,5 | 0,48 | 0,5 | 19,95 | 21 | 35,91 | 37,8 | |
| ОБЕД | | | | | | | | | | | |
| Огурец свежий | 30 | 40 | 0,57 | 0,95 | 2,67 | 4,45 | 2,31 | 3,85 | 35,70 | 59,50 | 14 |
| Свекольник на м/б со сметаной | 150 | 200 | 3,11 | 4,15 | 2,53 | 3,37 | 19,61 | 26,15 | 113,28 | 151,04 | 70 |
| Гуляш из отварного мяса | 60 | 80 | 11,32 | 15,46 | 10,97 | 14,96 | 4,62 | 6,10 | 156,93 | 213,25 | 9 |
| Гречка отварная | 110 | 130 | 6,02 | 7,10 | 5,10 | 6,02 | 26,45 | 31,19 | 180,56 | 211,04 | 20 |
| Компот из изюма | 150 | 200 | 0,07 | 0,09 | 0,70 | 0,90 | 10,50 | 11,94 | 42,76 | 48,77 | 29 |
| Хлеб ржаной | 28 | 36 | 1,98 | 2,51 | 0,36 | 0,46 | 10,02 | 12,69 | 51,24 | 64,90 | 90 |
| Итого: | 528 | 686 | 23,1 | 30,3 | 22,33 | 30,2 | 73,51 | 91,92 | 580,47 | 748,5 | |
| ПОЛДНИК | | | | | | | | | | | |
| Тефтели рыбные в соусе томатном с овощами | 60 | 80 | 2,77 | 3,34 | 4,59 | 5,37 | 18,56 | 22,31 | 127,22 | 150,35 | 17 |
| Картофельное пюре | 110 | 120 | 10,76 | 14,34 | 2,55 | 3,36 | 9,28 | 12,28 | 103,17 | 136,70 | 83 |
| Кондитерка | 20 | 20 | 4,75 | 4,75 | 4,54 | 4,54 | 31,00 | 31,00 | 108,20 | 108,20 | 36 |
| Хлеб пшеничный | 28 | 37 | 2,13 | 2,81 | 0,22 | 0,30 | 13,78 | 18,20 | 65,63 | 86,73 | 89 |
| Чай с сахаром | 180 | 200 | 0,24 | 0,27 | 0,05 | 0,06 | 6,63 | 7,35 | 82,80 | 82,80 | 72 |
| Итого: | 398 | 457 | 20,7 | 25,5 | 11,95 | 13,6 | 79,25 | 91,14 | 487,02 | 564,78 | |
| Всего за 9 день | 1377 | 1677 | 57,1 | 71,2 | 51,78 | 63,1 | 217,9 | 258,9 | 1450 | 1798,69 | |