

"Утверждаю"

Директор СОШ №18 с УИОП

Е.А.Н. Егоров

"29" марта 2024 год



Наименование блюда	ВЫХОД		БЕЛКИ, г		ЖИРЫ, г		УГЛЕВОДЫ, г		ЛОРИЙНОСТЬ, кК		№ технологической карты
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
ЗАВТРАК											
Каша молочная манная	150	200	5,58	7,74	5,74	6,78	22,55	27,01	161,02	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	4,02	4,40	3,69	4,03	11,55	12,72	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	16,49	19,71	13,69	15,2	48,12	58,17	368,21	428,32	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК											
Фрукты	85,5	90	0,60	0,63	0,13	0,14	14,86	15,65	33,25	35,00	84
Итого:	85,5	90	0,6	0,63	0,13	0,14	14,86	15,65	33,25	35	
ОБЕД											
Икра кабачковая	40	50	0,64	0,80	2,40	3,00	3,28	4,10	37,60	47,00	62
Суп с клёцками на кур/б	150	200	2,27	3,02	3,81	5,08	15,35	20,47	82,75	106,25	43
Суфле куриное	60	80	9,48	12,64	9,86	13,14	10,10	13,46	223,52	314,75	81
Рагу из овощей	110	130	2,77	3,34	4,59	5,37	18,56	22,31	144,58	171,76	56
Компот из свежих плодов	180	200	0,90	0,90	0,18	0,18	18,18	18,18	82,80	82,80	72
Хлеб ржаной	30	38	1,98	2,51	0,36	0,46	10,02	12,69	51,24	64,90	90
Итого:	570	698	18,04	23,21	21,2	27,2	75,49	91,21	622,49	787,46	
ПОЛДНИК											
Запеканка творожная с морковью	110	120	15,01	17,24	10,80	12,37	23,51	27,03	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
Кондитерка		35		2,68		0,34		11,35		97,50	36
Хлб 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:	368	452	25,43	31,85	21,07	24,2	75,15	96,84	443,12	622,12	
Всего за 5 день	1422	1717	60,56	75,40	56,09	66,72	213,62	261,87	1466,02	1837,90	