

УТВЕРЖДАЮ

И.о. заведующего

Махаева Ю.Р.

Вторник 7 (II) 06.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин	
			Б	Ж	У		технологической карты	
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	150	4,6	2,14	43,63	116,16	0,73	80
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	1,55	4,29	9,88	84,4	0	65
	Какао с молоком	180	2,5	2,7	8,7	69,5	0,4	34
Второй завтрак:	Фрукты	95	0,4	0,4	9,3	44,7	10,1	68/2
Обед:	Салат из свеклы с соленым огурцом	35	0,5	2,04	2,65	21,06	1,99	5
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,61	5,96	13,04	110,78	19,53	26
	Гуляш из отварного мяса	60	13,89	13,21	6,68	201,18	1,05	84
	Картофельное пюре с морковью	100	2,04	2,83	13,31	87,42	15	44/1
	Компот из сушеных фруктов	150	0	0	4,9	19,4	0	39
	Хлеб ржаной	40	2,26	0,44	18,2	83,2	0	77
	Кисель из натурального сока	180	0,5	0,1	17,2	71,1	0,8	40
Полдник:	Печенье	20	0,6	0,7	15,5	70,8	0	107
Ужин:	Пудинг из творога запеченный	130	18,09	12,51	23,4	294,98	0,35	60
	Соус сметанный	35	1,24	1,31	8,4	50,35	0,03	55
	Чай с лимоном	150	0,1	0	6	24,6	0,1	33
	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,6	10,1	52,6	0	78/1
Всего день:			52,38	49,23	210,92	1402,23	50,08	

УТВЕРЖДАЮ



Вторник 7 (II) 06.05.2025

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ технологической карты
			Б	Ж	У			
Завтрак:	Суп молочный вермишелевый	200	4,7	7,6	20,2	265,9	0,6	80
	Хлеб пшеничный с маслом	30 / 5	2,28	4,34	14,76	116,3	0	65
	Какао с молоком	200	3,8	3,3	12,93	87,87	0,5	34
Второй завтрак:	Фрукты	100	0,4	0,3	9,8	47	10,6	68/2
Обед:	Салат из свеклы с соленым огурцом	50	0,72	3,07	3,84	45,72	3,84	5
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	6,2	6,3	10	123,7	14,8	26
	Гуляш из отварного мяса	70	13,89	13,21	6,68	201,18	1,05	84
	Картофельное пюре с морковью	150	3,06	4,24	19,97	131,13	22,5	44/1
	Компот из сушеных фруктов	200	0	0	5,8	23,2	0	39
	Хлеб ржаной	50	2,8	0,55	24,7	104	1,3	77
Полдник:	Кисель из натурального сока	200	0,4	0,1	16,7	80,1	0,6	40
	Печенье	40	1,1	1,3	30,9	141,6	0	107
Ужин:	Пудинг из творога запеченный	150	26,6	17,9	15,7	333,8	0,3	60
	Соус сметанный	50	1	1,9	3,6	68,2	0	55
	Чай с лимоном	180	0,1	0	8,2	33,1	0,3	33
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	78,9	0	78
Всего день:			69,33	64,35	218,54	1873,63	56,39	