

Утверждаю :
заведующий МБДОУ-детский сад № 77



М.И. Зубаирова

1 Понедельник ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.5/4/4	Каша манная / пшеничная на молоке со сливочным маслом	111,96000	3,67000	5,24875	15,13500	150,000
7.11/4/1						
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,47300	4,41000	9,37625	18,71875	50,000
7.14/10/1	Какао с молоком	124,57800	3,39250	3,22750	21,56375	180,000
	Итого:	385,01100	11,47250	17,85250	55,41750	380,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.33/1/3	Салат из отварного картофеля, морск. капусты и репчат. лука с растит. маслом 30гр.	39,22200	0,44875	2,56875	3,71000	30,000
7.258	Свекольник со сметаной	80,35338	3,07440	2,68900	11,92400	150,000
7.061	Бигус с мясом	152,56125	12,67875	11,59000	12,84875	180,000
7.2/10/2	Компот из яблок с изюмом	47,95200	0,14000	0,00000	12,39625	150,000
7.115/1	/сухофруктов					
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	383,85363	18,80190	17,22275	56,75400	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.14/5	Запеканка из творога с рисом	267,94890	14,24450	19,10300	17,47500	100,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	44,28000	1,10625	1,30500	8,60125	15,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	504,19121	24,31207	25,83223	53,94751	270,000
	Всего:	1 363,05584	55,55994	61,12380	177,26038	1 418,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

2 Вторник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.18/4/2 7.н091	Каша молочная ассорти (рис, гречневая/пшено крупа) с маслом сливочным	124,59690	3,65800	4,82100	18,33300	150,000
7.035/11	Батон с повидлом (джемом)	106,42500	2,75300	1,05000	28,15900	50,000
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	84,64500	2,52300	2,53400	12,72700	180,000
	Итого:	191,07000	8,93400	8,40500	59,21900	380,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.1/6/2 7.017-1	Вареное яйцо , зеленый горошек	15,31376	0,41176	1,06941	1,74700	30,000
7.н145	Щи со сметаной.	45,46080	1,25000	2,28900	5,97800	150,000
7.5/9/3	Биточки (котлеты) из мяса кур	110,57940	12,12400	3,05400	9,28800	50,000
7.64с	Картофельное пюре.	102,13200	2,37500	3,01100	17,54200	120,000
7.15/15/1	Напиток из клюквы/ из фруктов	55,84500	0,09400	0,00000	14,62400	150,000
7.н003-1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	393,09596	18,71476	9,79841	65,05400	538,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.18-8/4	Зразы или рулет из рыбы	306,28080	32,56900	13,46100	15,31200	130,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	601,29954	48,26889	23,19809	54,64040	285,000
	Всего:	1 275,46550	76,89112	41,61782	190,05477	1 423,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

3 Среда- ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/6	Омлет натуральный	157,05180	9,25700	11,93000	3,02000	120,000
7.175/1	Батон с маслом с сыром 35/8/7	107,68500	2,72000	5,17500	18,69500	50,000
07.12.2010	Чай с молоком	54,59400	1,18400	1,26700	10,09900	180,000
	Итого:	319,33080	13,16100	18,37200	31,81400	350,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.11/1/3 7.098	Салат из моркови с яблоком / Помидор порционный	15,31376	0,41176	1,06941	1,74700	30,000
7.31/2/3	Суп крестьянский со сметаной	54,13230	1,34500	2,16800	8,59000	150,000
7.н-104	Тефтели из говядины с рисом ("Ёжики")	120,98070	8,61600	7,98600	4,14400	60,000
7.18/3/2 7.237	Рагу из овощей / Рагу из овощей с кабачком	69,98940	2,15600	2,17900	11,64400	120,000
7.078	Компот из изюма	64,51200	0,16900	0,00000	17,46800	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	388,69316	15,15776	13,77741	59,46800	548,000
Полдник						
7.354	Чай	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	150,000
7.270/1/10	Биойогурт в стаканчиках	141,93900	4,63900	4,71300	24,12300	125,000
7.8/12	Сдоба обыкновенная	181,66680	7,62700	5,86900	25,11800	60,000
	Итого:	426,66223	19,00457	14,89486	60,69814	335,000
	Всего:	1 224,68619	48,29680	47,26059	163,12151	1 453,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр



4 Четверг - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом.	95,83830	3,55500	4,48600	11,32100	150,000
7.035/9	Батон с маслом слив	107,68500	2,72000	5,17500	18,69500	40,000
7.14/10/1	Какао с молоком 180 гр	124,57800	3,39300	3,22700	21,56400	180,000
	Итого:	328,10130	9,66800	12,88800	51,58000	370,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.367	Соленый огурчик/ салат из св	22,17960	0,36400	2,05400	1,54600	30,000
7.130/7	огурцов и помидор					
7.н086-4	Суп гороховый со сметаной	57,33360	1,34800	1,88100	10,32400	150,000
7.162с	Плов из отварной куры	314,73990	18,75300	17,19600	23,84600	180,000
7.110	Компот из кураги	56,47500	0,44000	0,00000	15,38700	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	514,49310	23,36500	21,50600	66,97800	548,000
Полдник						
7.9/7/2	Биточки (котлеты)рыбные	109,62400	12,27700	2,82800	2,55600	60,000
7.1/3/3	Картофель отварной 100 г	165,83960	1,83300	2,75800	15,94700	100,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	484,42591	23,07132	11,01023	46,37426	315,000
	Всего:	1 417,02031	57,07779	45,62055	176,07363	1 453,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		

Утверждаю :
Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова



5 Пятница - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	44,35200	1,10600	1,30600	8,60200	15,000
7.н140с/2	Пудинг творожный с изюмом / с фруктами	180,97100	14,74600	17,94000	15,26500	120,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,15620	4,40900	9,37600	18,71900	50,000
7.022-4	Чай с лимоном	84,64500	2,52300	2,53400	12,72700	180,000
	Итого:	458,12420	22,78400	31,15600	55,31300	365,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.30/1/2	Салат из отв.картофеля моркови с сол. огурцов с р.м / Огурец Св	12,72600	0,31286	1,03857	1,34500	30,000
7.014-5						
7.14/2/3	Суп из овощей со сметаной	68,23080	1,17100	4,08800	7,18000	150,000
7.256	Гуляш из отварного мяса	76,44600	8,64500	7,10400	3,55000	60,000
7.н151-1	Макаронные изделия отварные со с/м	177,91200	5,10000	3,02000	35,47000	120,000
7.15/15/3	Напиток из брусники/ из фруктов	55,03500	0,09400	0,00000	14,53300	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	454,11480	17,78286	15,62557	77,95300	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7..15/4/2	Каша пшеничная/ пшенная молочная с маслом сливочным	156,24900	4,83600	4,73900	24,23200	150,000
7.11/4/2						
7.265	Ватрушка с курагой/ с фруктами/ джемом	178,63200	4,95700	2,95100	35,63100	60,000
7.7/12/1	Итого:	437,93743	16,53157	12,00286	71,32014	345,000
	Всего:	1 440,17643	58,07190	59,00075	215,72751	1 478,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

6 Понедельник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.14/4/2	Каша ячневая/ манная молочная с маслом сливочным	149,76900	4,41308	4,21000	24,88615	150,000
7.5/4/4						
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,35115	4,41000	9,37615	18,71923	50,000
7.12/10	Чай с молоком	54,59400	1,18462	1,26692	10,09846	180,000
	Итого:	352,71415	10,00770	14,85307	53,70384	380,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.1/6/2	Вареное яйцо , зеленый горошек	15,31376	0,41176	1,06941	1,74700	30,000
7.017-1						
7.165	Рассольник "Ленинградский" на мясном бульоне со сметаной	58,88769	1,43846	1,68923	10,34615	150,000
7.н250/3	Запеканка капустная с мясом /	159,28477	15,38000	11,74923	12,99000	180,000
7.н243	Голубцы ленивые в молочном соусе.					
7.2.10/1	Компот из яблок и изюма/ из сухофруктов	46,97585	0,05615	0,05231	12,50462	150,000
7.115/1						
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13538	7,51538	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	344,22707	19,74637	14,93556	53,46315	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	33,30769	1,10615	1,30538	8,60154	15,000
7.6/5	Сырники из творога	236,61169	16,67385	18,53769	25,25000	100,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	461,88169	24,51857	24,15593	45,30868	250,000
	Всего:	1 248,82291	55,24611	54,16088	163,61704	1 398,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

7 Вторник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом.	95,83071	3,55500	4,48643	11,32000	150,000
7.035/11	Батон с повидлом (джемом) .	106,48929	2,75286	1,05000	28,15929	50,000
7.14/10/1	Какао с молоком	124,57800	3,39214	3,22714	21,56429	180,000
	Итого:	326,89800	9,70000	8,76357	61,04358	380,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.27/1/3	Салат из отварного картофеля, кукурузы и реп/лука с р.м .	37,38600	0,56857	1,85714	4,75500	30,000
7.30/2/3	Уха рыбацкая	102,28436	7,74143	3,87500	9,93286	150,000
7.230	Фрикадельки мясные паровые	82,93050	12,44143	2,68643	2,73571	60,000
7.368-1 7.45/3/4	Греча/ перловка/ рис с овощами	124,61336	3,48214	4,52929	21,79071	120,000
7.15/15/1	Напиток из клюквы/ из фруктов	55,84500	0,09429	0,00000	14,62357	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	466,82422	26,78786	13,32286	69,71285	548,000
Полдник						
7.40/10 7.6/7/8	Сосиски отварные/ рыба запеченая в молочном соусе	135,61650	15,99214	6,98929	2,55500	60,000
7.047	Пюре розовое	92,18314	1,83286	2,75786	15,94714	120,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	419,76195	26,78632	15,17138	46,37340	335,000
	Всего:	1 303,48417	64,24765	37,47413	188,27120	1 483,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

8 Среда- ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/6	Омлет натуральный	200,88129	11,91429	15,20214	3,79429	120,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,24671	4,40929	9,37571	18,71929	50,000
7.12/10/1	Чай с молоком	54,59400	1,18429	1,26714	10,09857	180,000
	Итого:	403,72200	17,50787	25,84499	32,61215	350,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.11/1/3	Салат из моркови с яблоком /	15,31376	0,41176	1,06941	1,74700	30,000
7.098	Помидор порционный					
7.2/2/3	Борщ со сметаной	167,22164	1,30286	3,40929	9,10857	150,000
7.н070	Жаркое по - домашнему	201,77100	17,86000	14,27286	18,69857	180,000
7.078	Компот из изюма/ из сухофруктов	64,51200	0,16929	0,00000	17,46786	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	512,58340	22,20391	19,12656	62,89700	548,000
Полдник						
7.354	Чай	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	150,000
7.270/1/10	Биойогурт в стаканчиках	162,04100	5,55857	6,17857	33,50286	125,000
7.6/12	Ватрушка со сметаной	188,90588	2,22275	1,11137	16,41412	60,000
	Итого:	291,96231	8,96132	5,42423	27,87126	335,000
	Всего:	1 298,26771	49,64657	50,61210	134,52178	1 453,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр



Утверждаю :
Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

9 Четверг - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.17/5/2	Пудинг из творога	275,56313	13,43563	17,37938	16,42938	120,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	44,28000	1,10563	1,30563	8,60188	15,000
7.035/9	Батон с маслом слив	107,68500	2,72000	5,17500	18,69500	40,000
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	84,68775	2,52313	2,53438	12,72750	180,000
	Итого:	512,21588	19,78439	26,39439	56,45376	355,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.27/1/3	Салат из отварного картофеля, кукурузы и реп.лука с р.м / Салат из св	22,17960	0,36400	2,05400	1,54600	30,000
7.130/7	огурцов и помидор					
7.47с/2	Суп-лапша с мясом кури со сметаной	140,56875	6,58938	7,98313	11,39063	150,000
7.8/9/2	Суфле из мяса кур паровое	179,45325	12,71625	13,07500	2,68125	60,000
7.н113/1	Свекла, тушенная со сметаной	76,60800	2,02500	2,97250	13,99188	120,000
7.15/15/3	Напиток из брусники / из фруктов	55,03500	0,09375	0,00000	14,53250	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	537,60960	24,24838	26,45963	60,01726	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.18-8/4	Зразы или рулет из рыбы	306,28080	32,56900	13,46100	15,31200	130,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	601,29954	48,26889	23,19809	54,64040	285,000
	Всего:	1 741,12502	93,27513	76,26843	182,25279	1 408,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	2021/015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

10 Пятница - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132	Макаронные изделия в молоке со с/м	147,73550	2,46313	3,66625	14,32813	150,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,27500	4,40938	9,37563	18,71875	50,000
7.14/10/1	Какао с молоком	124,57800	3,39250	3,22750	21,56438	180,000
	Итого:	420,58850	10,26501	16,26938	54,61126	380,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.19/1/3	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и р.м/ Огурец порционный	12,72600	0,31286	1,03857	1,34500	30,000
7.014-5						
7.043с-2	Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной	58,89363	0,99125	2,73375	5,77688	150,000
7.041	Запеканка картофельная с отварным мясом	251,11350	13,75625	14,10375	18,65125	150,000
7.3/11/2	Соус молочный (для запекания) 20 гр, сметанный	30,04200	0,73500	2,03813	2,14563	20,000
7.6/11/2						
7.115/1	Компот из сухофруктов	64,51200	0,16938	0,00000	17,46813	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	481,05213	18,42474	20,28920	61,26189	538,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.5/4/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	159,92100	5,11313	6,45938	21,22688	150,000
7.150/4	Ватрушка с повидлом / курагой / яблокаими	157,53431	3,90750	1,74188	32,91000	60,000
	Итого:	420,51174	15,75920	12,51412	65,59402	345,000
	Всего:	1 412,15237	45,42242	49,28902	192,60854	1 483,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр

Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова



11 Понедельник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н123-с	Каша из овсяных хлопьев/ манная на молоке со сливочным маслом	111,96000	3,67118	5,24941	15,13647	150,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,19347	4,40941	9,37588	18,71941	50,000
7.12/10/1	Чай с молоком	54,59400	1,18412	1,26706	10,09824	180,000
	Итого:	314,74747	9,26471	15,89235	43,95412	380,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.143	Салат из отварной свеклы с чесноком	27,59188	0,57941	1,35412	4,30882	30,000
7.29/2/3	Суп-пюре гороховый	103,74300	6,23941	1,65647	17,55118	150,000
7.256	Гуляш из отварного мяса	76,29459	8,64471	7,10412	3,55000	60,000
7.179/2	Рис припущенный/ перловка	157,81341	3,26412	5,76118	25,96059	120,000
7.45/3/4	рассыпчатая с овощами					
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	80,57700	0,00000	0,00000	20,67294	150,000
7.н003-1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.34/2/4	Гренки 10 гр	24,94800	0,85706	0,09529	5,47118	10,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	503,54788	20,90471	16,21118	85,87471	543,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	44,21647	1,10588	1,30588	8,60176	15,000
7.077	Сырники из творога	236,91341	16,86882	18,70294	25,26118	120,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	473,09219	25,43305	25,43305	61,73420	290,000
	Всего:	1 381,38754	56,57594	57,75290	202,70440	1 433,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

12 Вторник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.15/4/2 7.н043	Каша пшеничная/ ячневая молочная с маслом сливочным	156,24900	4,83647	4,73882	24,23176	150,000
7.035/11	Батон с повидлом (джемом) .	106,45147	2,75294	1,05000	28,15941	50,000
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	84,72547	2,52294	2,53412	12,72706	180,000
	Итого:	347,42594	10,11235	8,32294	65,11823	380,000
Второй завтрак						
7.031/1	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.29/1/3	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас	37,78041	0,42882	2,68882	3,29235	30,000
7.н145	Щи со сметаной.	45,66547	1,25118	2,28882	5,97706	150,000
7.190	Гуляш из кури.	104,54559	18,65765	2,92059	1,59294	60,000
7.151-4	Макаронные изделия отварные	181,08000	5,10000	3,02294	35,46824	120,000
7.15/15/1	Напиток из клюквы./ из фруктов	55,84500	0,09412	0,00000	14,62412	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13529	7,51529	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	488,68147	27,99177	11,29646	76,83000	548,000
Полдник						
7.3.46	Рыба запеченная в сметане с картофелем	343,74960	21,03200	13,17900	37,73200	150,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	535,71191	29,99332	18,60323	65,60326	305,000
	Всего:	1 461,81932	69,07091	38,43895	218,69286	1 453,000

Витаминация С Э блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	**	7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр		7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр		7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр		7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

13 Среда - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/6	Омлет натуральный	159,90194	9,48294	12,12059	3,03294	120,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,27500	4,40938	9,37563	18,71875	50,000
7.14/10/1	Какао с молоком	124,67859	3,39235	3,22706	21,56412	180,000
	Итого:	432,85553	17,28467	24,72328	43,31581	350,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.367	Соленый огурчик/ Помидор св	15,31376	0,41176	1,06941	1,74700	30,000
7.098	порционный					
7.264	Суп крестьянский со сметаной	57,44224	1,34824	1,88294	10,32353	150,000
7.64с	Картофельное пюре	102,13200	2,37467	3,01133	17,54267	120,000
7.163	Котлета мясная	137,1198	10,21067	9,37667	3,10067	60,000
7.078	Компот из изюма/ из сухофруктов	64,51200	0,16941	0,00000	17,46824	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13529	7,51529	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	440,28480	16,97475	15,71564	66,05740	548,000
Полдник						
7.270/1/10	Биойогурт в стаканчиках	160,91988	3,55529	4,48647	11,32059	125,000
7.354	Чай	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.124р/1	булочка с сыром	158,00000	2,22275	1,11137	16,41412	60,000
	Итого:	421,97631	12,51661	9,91070	39,19185	320,000
	Всего:	1 385,11664	47,74950	50,56594	159,70643	1 438,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090 Апельсин 120гр
 7.008 Яблоко 120гр
 7.187 Груша 120гр
 7.183 Банан 120гр

** 7.082 Снежок 135гр
 7.271/1 Кефир 135гр
 7.270/1 Йогурт 135гр
 7.40/1/5 Ацидофилин 135гр



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

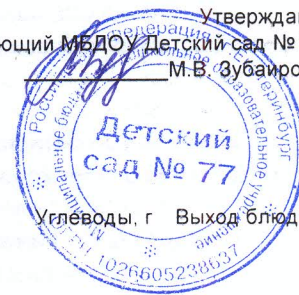
14 Четверг - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.2/4/2	Каша гречневая/рисовая молочная с маслом сливочным	170,32680	5,56667	5,65467	28,94600	150,000
7.7/4/2						
7.035/9	Батон с маслом слив	107,68500	2,72067	5,17533	18,69533	40,000
7.022-4	чай /Чай с лимоном	84,64500	2,52267	2,53467	12,72733	180,000
	Итого:	362,65680	10,81001	13,36467	60,36866	370,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.32/1/2	Салат из отварного картофеля с з.горошком и р.м / Салат из св огурцов и помидор	22,17960	0,36400	2,05400	1,54600	30,000
7.130/7						
7.47с/2	Суп-лапша с мясом кури со сметаной	94,14460	1,34533	2,16867	8,58933	150,000
7.350	Бигус с мясом кури.	234,96600	15,01267	15,71867	10,34200	180,000
7.15/15/3	Напиток из брусники / из фруктов	55,03500	0,09400	0,00000	14,53267	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13533	7,51533	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	470,09020	19,27600	20,31667	50,88533	548,000
Полдник						
7.9/7/2	Биточки(котлеты) рыбные	88,38600	10,16133	3,45133	4,63467	60,000
7.1/3/3	Картофель отварной	92,18314	1,83286	2,75786	15,94714	100,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	372,53145	20,95551	11,63342	48,45307	315,000
	Всего:	1 295,27845	52,01499	45,53108	170,84843	1 453,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		

Утверждаю :
Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова



15 Пятница - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.7/4/2	Каша рисовая/ гречневая молочная с маслом сливочным	82,04100	5,55857	6,17857	33,80286	150,000
7.2/4/2						
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,24671	4,40929	9,37571	18,71929	50,000
7.12/10	Чай с молоком	54,59400	1,18429	1,26714	10,09857	150,000
	Итого:	284,88171	11,15215	16,82142	62,62072	350,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.328с 7.014-5	Вареное яйцо/ огурец порционный 30гр	12,72600	0,31286	1,03857	1,34500	20,000
7.4/2/4	Борщ с морской капустой со сметаной	178,21064	1,26286	4,45643	9,31571	150,000
7.152	Азу	196,64100	11,91000	8,75000	18,67000	180,000
7.110	Компот из кураги/ из сухофруктов	56,47500	0,44000	0,00000	15,38714	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	507,81764	16,38572	14,62000	60,59285	538,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.17/5/2	Пудинг из творога	277,12929	13,52071	17,45143	16,43429	120,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	44,22857	1,10571	1,30571	8,60143	15,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	513,32017	23,58774	24,18137	52,90698	290,000
	Всего:	1 396,01952	52,09908	55,83911	187,26192	1 398,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	**	7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр		7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр		7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр		7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		

Утверждаю :
Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова



16 Понедельник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.15/4/2	Каша пшеничная / пшеничная молочная с маслом сливочным	196,66286	6,49571	4,69393	32,63000	150,000
7.11/4/2	Батон с маслом с сыром	128,69984	4,37786	6,90589	18,45705	50,110
7.357/6	Кофейный напиток с молоком	93,33241	2,76438	2,81598	13,96313	150,000
7.13/10	Итого:	418,69511	13,63795	14,41580	65,05018	350,110
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.013	Салат овощной с зеленым горошком	29,66657	0,72857	0,98286	4,84214	30,000
7.2/2/3	Борщ со сметаной	167,41764	1,04929	3,39357	7,17571	150,000
7.8/8/2	Бефстроганов из отварного мяса говядины	126,40621	9,78571	9,92643	4,73857	60,000
7.151-4	Макаронные изделия отварные	181,27800	5,10000	3,02286	35,46786	120,000
7.1/10/2	Компот из яблок и кураги/ из сухофруктов	47,97807	0,05643	0,05286	12,50429	150,000
7.115/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.н003/1	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.144	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
7.044	Итого:	616,51149	19,18000	17,75358	80,60357	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,55402	7,79478	4,98870	13,25109	150,000
7.18/5	Пудинг из творога с морковью	209,98513	14,92134	18,82920	21,77536	100,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	40,14000	1,00348	1,18464	7,80482	15,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	459,58503	25,94235	26,11391	45,99430	285,000
	Всего:	1 584,79163	59,73377	58,49961	202,78942	1 403,110

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	**	7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр		7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр		7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр		7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		

Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова



17 Вторник - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132	Макаронные изделия в молоке с маслом.	96,03643	3,55571	4,48571	11,32143	150,000
7.035/9	Батон с маслом слив	107,68500	2,72143	5,17571	18,69571	40,000
7.14/10	Какао с молоком 180 гр	124,82229	3,39286	3,22714	21,56429	150,000
	Итого:	328,54372	9,67000	12,88856	51,58143	340,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.143	Салат свекла с чесноком и р/м	17,61043	0,51143	1,02857	2,75000	30,000
7.165-1	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	69,46971	1,43857	2,83143	10,34571	150,000
7.5/9/2	Биточки (котлеты) из мяса кур	111,17700	12,12286	3,05143	9,28857	60,000
7.8/3/4	Капуста тушеная	157,44471	3,26429	5,76143	25,96000	120,000
7.078	Компот из изюма/ из кураги/ из сухофруктов	64,51200	0,16857	0,00000	17,46857	150,000
7.115/1						
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13571	7,51571	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	483,97885	19,96572	13,04857	81,68856	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.2/7/2	Рыба отварная под маринадом	108,25200	3,13857	2,17000	20,35857	120,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	300,21431	12,09989	7,59423	48,22983	275,000
	Всего:	1 202,73688	42,70908	33,74768	192,64119	1 383,000

Витаминация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :
 Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
 М.В. Зубаирова

18 Среда - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/6	Омлет натуральный	161,08950	9,57667	12,20000	3,03833	120,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,47300	4,41000	9,37667	18,71833	50,000
7.12/10	Чай с молоком	54,59400	1,18500	1,26667	10,09833	150,000
	Итого:	364,15650	15,17167	22,84334	31,85499	320,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.11/1/3	Салат из моркови с яблоком / помидор порционный	15,31376	0,41176	1,06941	1,74700	30,000
7.098	Суп крестьянский со сметаной	54,12000	1,34500	2,16667	8,58833	150,000
7.264	Котлета мясная	136,84307	10,21071	9,37500	3,10071	60,000
7.163	Картофельное пюре.	102,13200	2,37500	3,01167	17,54167	120,000
7.64с	Напиток из клюквы/ из фруктов	55,84500	0,09412	0,00000	14,62412	150,000
7.н003/1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.144	Хлеб пшеничный 15 гр.	31,18500	1,14000	0,13500	7,51500	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	372,17383	16,80247	15,99775	46,85271	548,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	44,16000	1,10667	1,30500	8,60167	15,000
7.н121/4	Лепешка с творогом /запеканка с яблоком	277,14900	14,83500	17,54667	14,63000	100,000
7.16/5/2	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	616,32774	31,64156	28,58876	62,56007	270,000
	Всего:	1 442,65807	64,58917	67,64617	152,40914	1 358,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр		



Утверждаю :

Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

20 Пятница - ясли

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.16/5/2	Запеканка из творога с яблоками / с фруктами	275,88713	13,19250	18,74125	22,09750	120,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	44,28000	1,10625	1,30500	8,60125	15,000
7.357/6	Батон с маслом, сыром 35/8/7 гр	148,47300	4,41000	9,37625	18,71875	50,000
7.11/10/2	Чай с лимоном	124,57800	3,39250	3,22750	21,56375	150,000
	Итого:	593,21813	22,10125	32,65000	70,98125	335,000
Второй завтрак						
7.031	Сок / фрукт* (апельсин, яблоко, груша, банан)	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	100 / 120
	Итого:	90,00000	0,97347	0,21632	11,14137	220,000
Обед						
7.29/1/3	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом р.м / Огурец порционный	12,72600	0,31286	1,03857	1,34500	30,000
7.014-5						
7.27/2/3	Суп-пюре из разных овощей	54,02475	1,67250	2,18625	8,03375	150,000
7.249	Печень по строгоновски	76,56863	8,64375	7,10375	3,55000	60,000
7.368-1	Греча с овощами.	125,25638	3,48125	4,53000	21,79125	120,000
7.115/1	Компот из сухофруктов/ из изюма/ из	52,03350	0,36625	0,02000	13,26625	150,000
7.н003-1	Хлеб ржаной 20 гр	32,58000	1,32000	0,24000	8,36000	20,000
7.34/2/3	Гренки 10 гр	24,94800	0,85750	0,09500	5,47125	10,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	3,000
	Итого:	378,13726	16,65411	15,21357	61,81750	543,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	103,05643	6,73857	4,31286	11,45714	135,000
7.н043	Каша ячневая/ пшеничная молочная со с/м	149,76900	4,41308	0,00000	14,53250	150,000
7.15/4/2						
7.8/12	Сдоба обыкновенная	187,11900	5,30625	3,81250	33,77000	60,000
	Итого:	439,94443	12,04482	8,12536	59,75964	345,000
	Всего:	1 501,29982	51,77365	56,20525	203,69976	1 443,000

Витаминизация С 3 блюда 0,035гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	135гр
7.008	Яблоко	120гр	7.271/1	Кефир	135гр
7.187	Груша	120гр	7.270/1	Йогурт	135гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	135гр

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575838

Владелец Зубаирова Марина Владимировна

Действителен с 01.03.2022 по 01.03.2023