



1 Понедельник дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.5/4/1	Каша манная /пшенная на молоке	158,67949	4,94769	7,77703	20,26769	180,000
7.11/4/1	со сливочным маслом					
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	170,62338	6,37604	8,24088	26,28000	54,000
7.14,10/1	Какао с молоком	101,12380	3,16857	3,23099	15,93011	180,000
	Итого:	430,42667	14,49230	19,24890	62,47780	414,000
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						
7.33/1/1	Салат из отварного картофеля, морск.капусты и репчат.лука с растит.маслом/ помидор порционный	78,15773	0,77396	5,06956	6,36890	50,000
7.5/2/2	Свекольник со сметаной	100,37634	3,99368	2,88105	15,78179	180,000
7.06/1/2	Бигус с мясом	218,59013	21,46571	19,25176	11,47374	200,000
7.2./10/1	Компот из яблок и изюма/ из сухофруктов	54,46563	0,12198	0,00000	14,01396	180,000
7.115/1						
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	66,95011	2,69077	0,48923	17,04154	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,36231	2,84791	0,33725	18,77374	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	596,90225	31,89401	28,02885	83,45367	665,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.14/5	Запеканка из творога с рисом	299,06500	14,15379	20,11828	23,72440	100,000
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	41,07956	1,02692	1,21231	7,98725	15,000
	Печенье 20 гр / Вафли 22гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	22,000
	Итого:	549,60446	25,19824	27,43066	48,12577	287,000
	Всего:	1 666,93338	72,55802	74,92473	205,19861	1 586,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015/2	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		



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

2 Вторник- дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.18/4/1 7.н091	Каша молочная ассорти (рис, гречневая/пшено крупа) с маслом сливочным	167,35451	4,87772	6,42924	24,44250	180,000
7.035/8	Батон с повидлом (джемом)	155,15217	3,78402	1,43804	40,90717	60,000
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,92359	2,79967	2,81598	14,12435	180,000
	Итого:	417,43027	11,46141	10,68326	79,47402	420,000
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 7.017-2	Вареное яйцо , зеленый горошек	42,20038	0,74826	3,12844	3,27697	40,000
7.6/2/2	Щи со сметаной.	58,33086	1,68152	2,72935	8,01848	180,000
7.5/9/1	Биточки (котлеты) из мяса кур	138,94108	12,56380	3,67435	12,38413	70,000
7.64-1/1	Картофельное пюре.	131,74712	2,98511	3,35793	22,02207	130,000
7.15/15/1	Напиток из клюквы/из фруктов	58,84288	0,14152	0,00000	15,12967	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	65,51413	2,63283	0,47870	16,67457	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,74003	0,04707	0,00554	0,31043	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	574,31648	20,80011	13,37431	77,81632	655,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.18-8/4	Зразы или рулет из рыбы	305,04629	30,60489	13,45239	15,94141	130,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	514,50619	40,62242	19,55246	32,35553	300,000
	Всего:	1 596,25294	73,85741	43,82635	200,78724	1 595,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		



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

3 среда - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/5	Омлет натуральный .	232,84839	14,48728	17,37772	3,93935	150,000
7.17/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	136,32750	3,71598	5,56304	25,58924	54,000
7.12/10	Чай с молоком	61,31935	1,31598	1,40804	11,22033	200,000
	Итого:	430,49524	19,51924	24,34880	40,74892	404,000
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	Салат из моркови с яблоком / Помидор порционный 40гр	38,20038	0,74826	3,12844	3,27697	60,000
2,098 7.98	7.31/2/2 Суп крестьянский со сметаной	65,34880	1,69196	2,30478	10,98804	180,000
7.н104/1	Тефтели из говядины с рисом ("Ёжики")	202,14577	16,66293	13,22272	4,21946	70,000
7.18/3/2	Рагу из овощей /Рагу из овощей с кабачком	82,80235	2,30543	3,18685	12,27402	130,000
7.237						
7.078/1	Компот из изюма	68,66129	0,16924	0,00000	18,37652	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	65,51413	2,63283	0,47870	16,67457	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	76,83261	2,79217	0,33065	18,40630	20,000
	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	599,50533	27,00282	22,65214	84,21588	675,000
Полдник						
7.354	Чай	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.270/1/10	Биойогурт в стаканчиках	169,58047	6,24130	6,03174	32,15402	125,000
7.8/12/1	Сдоба обыкновенная	212,63566	7,69848	5,42946	33,49413	80,000
	Итого:	502,77015	21,73456	16,44990	65,64815	355,000
	Всего:	1 622,77072	69,23009	63,66716	201,75432	1 654,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр



4 Четверг - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом.	132,42212	4,77432	6,22695	15,32337	180,000
7.035	Батон с маслом	133,08537	3,59947	5,51768	24,78242	45,000
7.14/10/1	Какао с молоком	100,49561	3,12989	3,20484	15,87853	180,000
	Итого:	366,00310	11,50368	14,94947	55,98432	405,000
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						
7.367-3	Соленый огурчик / Салат из св	18,73628	0,38018	1,55755	1,62340	60,000
7.130/8	огурцов и помидор 50гр					
7.н086-7	Суп гороховый со сметаной	71,08766	1,76196	1,92361	13,71804	180,000
7.4/9/1	Плов из отварной кури	404,09166	24,18747	22,39368	28,41221	200,000
7.110/2	Компот из кураги	69,53836	0,48884	0,00000	18,71147	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	63,44526	2,54979	0,46358	16,14842	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	74,40632	2,70411	0,32021	17,82558	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	701,30554	32,07235	26,65863	96,43912	675,000
Полдник						
7.9/7/2	Биточки (котлеты)рыбные	109,59007	10,68989	6,32863	3,61642	60,000
7.1/3/3	Картофель отварной	165,79061	2,30221	2,91937	20,05368	100,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	484,84058	23,00963	15,34807	40,08422	330,000
	Всего:	1 642,14922	67,55913	57,17249	203,64903	1 630,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		

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



6 Понедельник - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н043/1	Каша ячневая/ манная молочная с маслом сливочным	200,67011	5,88358	5,05783	34,39236	180,000
7.5/4/1	Батон с маслом с сыром 40/6/9	148,08537	3,59947	5,51768	24,78242	55,000
7.357/2	Чай с молоком	61,23226	1,31604	1,40802	11,22028	200,000
7.12/10/1	Итого:	409,98774	10,79909	11,98353	70,39506	435,000
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 ,	42,20038	0,74826	3,12844	3,27697	40,000
7.017-1	зеленый горошек					
7.165	Рассольник со сметаной	73,60684	1,80679	1,85189	13,41538	180,000
7.н250/2	Запеканка копустная с мясом /	243,57719	18,61028	18,92066	16,83057	200,000
7.н243/1	Голубцы ленивые в молочном соусе.					
7.2/10/1	Компот из яблок и изюма/ из сухофруктов	56,12875	0,07283	0,06811	14,79340	180,000
7.115/1						
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	63,93925	2,24774	0,40868	14,23566	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	74,78297	2,42698	0,28745	15,99896	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	554,23538	25,91288	24,66523	78,55094	655,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	33,17434	0,82943	0,97925	6,45123	15,000
7.6/5	Сырники из творога	236,23092	13,45877	15,03509	27,07245	120,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	478,86516	24,30573	22,11441	49,93780	305,000
	Всего:	1 533,08828	61,99117	58,97949	210,02517	1 615,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		



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

7 Вторник - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом.	132,36482	4,77434	6,22687	15,32343	180,000
7.035/8	Батон с повидлом (джемом)	131,32727	3,09414	1,17273	34,72343	60,000
7.14/10/1	Какао с молоком	103,06182	3,30364	3,32232	16,11051	180,000
	Итого:	366,75391	11,17212	10,72192	66,15737	420,000
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	Салат из отварного картофеля, кукурузы и реп/лука с р.м.	38,61018	0,78455	1,07899	6,53091	60,000
7.30/2/2	Уха рыбацкая	79,91200	2,39182	2,39960	10,30232	180,000
7.230	Фрикадельки мясные паровые	134,67273	16,79131	3,60384	3,64727	80,000
7.368-1	Греча/ перловка/ рис с овощами.	156,82600	4,35556	5,67939	27,06616	120,000
7.45/3/4						
7.15/15	Напиток из клюквы/ из фруктов	58,05891	0,12667	0,00000	14,97152	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	59,23636	2,38000	0,43273	15,07333	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,73500	0,77919	0,09232	5,13657	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	606,05118	27,60910	13,28687	82,72808	675,000
Полдник						
7.40/10	Сосиски отварные/ рыба запеченая в молочном соусе	120,09227	11,62606	6,49808	3,21909	60,000
7.6/7/8						
7.047	Пюре розовое	260,19636	2,30111	2,75131	20,05202	150,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	589,74853	23,94470	15,34946	39,68523	380,000
	Всего:	1 652,55362	63,69939	39,57457	199,71205	1 695,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/6	Ацидофилин	150гр		



8 Среда - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/5	Омлет натуральный	176,71595	10,80462	13,20356	3,10683	150,000
7.357/2	Батон с маслом с сыром 40/6/9	143,29090	5,31019	7,73567	19,87375	55,000
7.12/10	Чай с молоком	65,17471	1,51087	1,61654	11,53702	200,000
	Итого:	385,18156	17,62568	22,55577	34,51760	405,000
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	Салат из моркови с яблоком /	38,20038	0,74826	3,12844	3,27697	60,000
7.098/	Помидор порционный 40гр					
7.2/2/2	Борщ со сметаной	88,75558	1,71635	4,40731	12,12173	180,000
7.н070/1	Жаркое по - домашнему	387,19697	15,20856	13,68442	15,46692	180,000
7.078/1	Компот из изюма/ из сухофруктов	68,57611	0,16923	0,00000	18,37654	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	56,38846	2,26558	0,41192	14,34865	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	41,48005	1,50173	0,17788	9,89962	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	680,59755	21,60971	21,80997	73,49043	655,000
Полдник						
7.354	Чай	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.270/1/10	Биоюгurt в стаканчиках	160,69001	5,43000	6,62196	31,48324	125,000
7.6/12/1	Ватрушка со сметаной	188,90588	2,22275	1,11137	16,41412	80,000
	Итого:	470,14991	10,01753	6,10007	16,41412	355,000
	Всего:	1 625,92902	50,22639	50,68213	135,56352	1 635,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр

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



9 Четверг - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.17/5/1	Пудинг из творога	208,03591	14,94676	19,44143	20,15610	150,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	41,96571	1,04933	1,23876	8,16124	15,000
7.035	Батон с маслом	101,32914	2,81171	5,21076	19,32952	45,000
7.13/10	Кофейный напиток с молоком	83,94074	2,77000	2,81600	16,71324	200,000
	Итого:	435,27150	21,57780	28,70695	64,36010	410,000
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	Салат из отварного картофеля, кукурузы и реп.лука с р.м. / Салат из св огурцов и помидор 50гр	18,73628	0,38018	1,55755	1,62340	60,000
7.130/8						
7.47с/2	Суп-лапша с мясом кури со сметаной	182,69620	3,49610	3,03762	10,85067	180,000
7.8/9/1	Суфле из мяса кур паровое	176,57134	11,70752	12,48438	3,50152	70,000
7.16./3/2	Свекла, тушенная со сметаной	100,83943	2,53381	4,14790	17,49457	130,000
7.15/15/2	Напиток из брусники/ из фруктов	61,75200	0,11905	0,00000	16,29162	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	55,23086	2,21886	0,40343	14,05276	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,50100	1,42952	0,16933	9,42362	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	674,32711	21,88504	21,80021	73,23816	675,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.18-8/4	Зразы или рулет из рыбы Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г***	205,04629 88,90588	30,60489 2,22275	13,45239 1,11137	15,94141 16,41412	130,000 20,000
	Итого:	414,50619	40,62242	19,55246	32,35553	300,000
	Всего:	1 614,10480	85,05873	70,27594	181,09516	1 605,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	2021/015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		



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

10 Пятница - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом.	132,36482	4,77434	6,22687	15,32343	180,000
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	142,25343	4,63624	7,15706	18,62165	54,000
7.14/10/1	Какао с молоком	101,94127	3,23523	3,27606	16,01917	180,000
	Итого:	376,55952	12,64581	16,65999	49,96425	414,000
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 7.014-1	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и р.м./ Огурец порционный 40гр	25,89589	0,36789	2,54339	1,56606	60,000
7.14/2/2	Суп из овощей со сметаной	53,75568	1,20706	2,54844	7,34725	180,000
7.н041/4	Запеканка картофельная с отварным мясом	297,24350	17,59147	16,05165	21,42394	200,000
7.3/11/2 7.6/11/2	Соус молочный / сметанный (для запекания) 20 г	35,34614	0,83642	2,47055	2,31028	20,000
7.115/3	Компот из сухофруктов	68,54615	0,16917	0,00000	18,37651	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	53,20404	2,13743	0,38862	13,53706	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,05142	1,37706	0,16312	9,07780	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	612,04282	23,68650	24,16577	73,63890	695,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,25109	150,000
7.5/4/2	Каша манная молочная с маслом сливочным	187,19474	4,48552	4,32105	23,38657	150,000
7.150/4	Ватрушка с повидлом/курогой/ яблоками	190,20435	4,70083	2,86431	37,47422	60,000
	Итого:	497,95311	16,98113	12,17406	60,86079	360,000
	Всего:	1 576,55545	54,28691	53,21614	195,60531	1 689,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/6	Ацидофилин	150гр



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

11 Понедельник - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н123с4	Каша из овсяных хлопьев/ манная на	149,59783	5,41846	6,10769	21,74885	180,000
7.5/4/1	молоке со сливочным маслом					
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	148,06849	4,81615	7,27625	19,33567	51,000
7.12/10	Чай с молоком	61,24327	1,31596	1,40798	11,22029	200,000
	Итого:	358,90959	11,55057	14,79192	52,30481	431,000
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	39,37998	0,86650	1,81106	6,46117	60,000
7.29/2/2	Суп-пюре гороховый	144,58831	5,87115	1,99000	16,99635	180,000
7.256/1	Гуляш из отварного мяса	122,40969	14,19029	11,64885	4,62663	70,000
7.179	Рис припущенный/ перловка	106,46570	2,77740	4,97173	22,14798	130,000
7.45/3/4	рассыпчатая с овощами					
7.248	Кисель из концентрата плодового или ягодного	123,91607	0,00000	0,00000	31,88279	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	55,44865	2,22750	0,40500	14,10750	30,000
7.34/2/4	Гренки 15 гр	40,66044	1,38481	0,15356	8,83760	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	632,86884	27,31765	20,98020	105,06002	670,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	44,95385	1,04875	1,23808	8,15702	15,000
7.077	Сырники из творога	236,23092	13,45877	15,03509	27,07245	150,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	490,64467	24,52505	22,37324	51,64359	335,000
	Всего:	1 572,42310	64,36674	58,36168	220,14979	1 656,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/6	Ацидофилин	150гр



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

12 Вторник - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.15/4/1 7.н043	Каша пшеничная/ ячневая молочная с маслом сливочным	247,56577	7,78817	6,50413	40,12913	180,000
7.035/8	Батон с повидлом (джемом)	121,94784	2,86606	1,08606	32,24183	60,000
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	93,60606	2,76971	2,81596	13,98721	180,000
	Итого:	463,11967	13,42394	10,40615	86,35817	420,000
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	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. мас	40,10383	0,86913	1,56760	6,26192	60,000
7.6/2/2	Щи со сметаной.	78,75150	1,57481	2,56327	7,55606	180,000
7.н190-4с	Гуляш из кури.	124,47121	14,29481	2,88452	1,65808	70,000
7.н151-1	Макаронные изделия отварные	222,37646	3,03058	3,20221	21,02731	130,000
7.15/15/1	Напиток из клюквы/ из фруктов	57,59697	0,11798	0,00000	14,87875	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	55,44865	2,22750	0,40500	14,10750	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	79,58096	1,43231	0,16962	9,44192	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	658,32958	23,54712	10,79222	74,93154	675,000
Полдник						
7.3.46	Рыба запеченая в сметане с картофелем	143,74960	21,03200	13,17900	37,73200	150,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток** Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	120,55402 88,90588	7,79478 2,22275	4,98870 1,11137	13,251,09 16,41412	150,000 20,000
	Итого:	353,20950	31,04953	19,27907	54,14612	320,000
	Всего:	1 564,65875	68,99406	40,69376	226,57720	1 635,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	**	7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр		7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр		7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр		7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		

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



13 Среда - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/5	Омлет натуральный	170,27554	10,24468	12,46569	3,68734	150,000
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	142,25343	4,63624	7,15706	18,62165	54,000
7.14/10	Какао с молоком	124,78439	3,22477	3,26899	16,00523	200,000
	Итого:	437,31336	18,10569	22,89174	38,31422	404,000
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						
7.367-3 7.098, 1	Соленый огурчик/ Помидор св порционный 40гр	38,20038	0,74826	3,12844	3,27697	60,000
7.264	Суп крестьянский со сметаной	76,70313	1,65807	1,69761	13,17440	180,000
7.64с/1	Картофельное пюре	232,31346	2,97120	2,70632	21,99991	130,000
7.н163/7	Котлета мясная	154,92077	11,11744	10,54145	2,678,55	70,000
7.078/1	Компот из изюма/ из сухофруктов	68,54615	0,16917	0,00000	18,37651	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	52,90514	2,12532	0,38642	13,46037	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,71899	1,40147	0,16596	9,23862	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	702,30802	20,19093	18,62620	79,52678	675,000
Полдник						
7.270/1/10	Биойогурт в стаканчиках	160,21100	6,10949	4,15325	24,35205	125,000
7.354	Чай	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.124р/2	Булочка с сыром	158,90588	2,22275	1,11137	16,41412	80,000
	Итого:	439,67090	16,12702	10,25332	40,76617	355,000
	Всего:	1 669,29228	55,39711	51,98758	169,74854	1 654,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр
7.183	Банан	120гр	7.40/1/6	Ацидофилин	150гр



Утверждаю :

Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

14 Четверг - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.2/4/1	Каша гречневая/ рисовая молочная с маслом сливочным	198,15040	6,20100	5,93191	32,27145	180,000
7.7/4/1	Батон с маслом	128,47168	2,70955	5,17091	18,62236	45,000
7.035	Чай /Чай с лимоном	49,43239	0,03620	0,00380	12,90545	180,000
7.022-4	Итого:	376,05447	8,94675	11,10662	63,79926	405,000
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						
7.32/1/6	Салат из отварного картофеля с з.горошком и р.м / салат из огурцов и помидор 50гр	18,73628	0,38018	1,55755	1,62340	60,000
7.130/8	Суп-лапша с мясом кури со сметаной	154,45869	1,98718	2,23455	12,85627	180,000
7.47с/2	Бигус с мясом кури.	294,22366	18,84855	19,55800	12,61136	200,000
7.350/2	Напиток из брусники / из фруктов	61,58504	0,11445	0,00000	16,24773	180,000
7.15/15/2	Хлеб ржаной 30 гр.	53,01655	2,13000	0,38727	13,49000	30,000
7.002/1	Хлеб пшеничный 20 гр	78,45170	0,36827	0,04364	2,42755	20,000
7.050	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
7.044	Итого:	660,47192	23,82863	23,78101	59,25631	675,000
Полдник						
7.9/7/2	Биточки(котлеты) рыбные	109,90730	11,83083	2,00537	6,87587	60,000
7.1/3/3	Картофель отварной	165,60893	2,30111	8,75131	20,05202	100,000
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	484,97613	24,14947	16,85675	43,34201	330,000
	Всего:	1 611,50252	57,89832	51,96070	177,53895	1 630,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/5	Ацидофилин	150гр		



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

15 Пятница - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.7/4/1	Каша рисовая/гречневая молочная с маслом сливочным	140,72781	3,95246	5,55915	19,47381	180,000
7.2/4/1						
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	133,96046	4,71642	7,20789	18,96394	51,000
7.12/10	Чай с молоком	61,21651	1,31596	1,40798	11,22037	200,000
	Итого:	335,90478	9,98484	14,17502	49,65812	431,000
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	Вареное яйцо/ Огурец порционный 40гр	25,89589	0,36789	2,54339	1,56606	30,000
7.014-1						
7.4/2/3	Борщ с морской капустой со сметаной	168,86346	1,61312	2,25862	11,93752	180,000
7.152/4	Азу	264,70533	16,30000	12,22000	22,09000	200,000
7.110/2	Компот из кураги/ из сухофруктов	69,44532	0,48881	0,00000	18,71138	180,000
7.115/1						
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	54,10073	2,17376	0,39523	13,76716	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	39,86339	1,44330	0,17092	9,51440	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	622,87412	22,38688	17,58816	77,58652	645,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток**	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.17/5/2	Пудинг из творога	314,03964	14,66037	19,10853	20,10523	120,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	41,24477	1,03110	1,21725	8,01963	15,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	564,74431	25,70900	26,42585	44,53898	305,000
	Всего:	1 613,52321	59,05419	58,40535	182,92499	1 601,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/6	Ацидофилин	150гр		



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

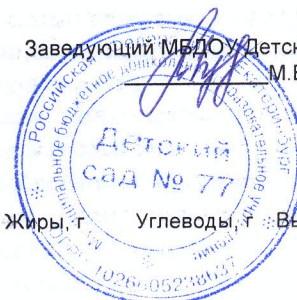
16 Понедельник - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.15/4/1	Каша пшеничная/ пшеничная молочная с маслом сливочным	196,66286	6,49571	4,69393	32,63000	180,000
7.11/4/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	128,69984	4,37786	6,90589	18,45705	51,000
7.175/1	Кофейный напиток с молоком	93,33241	2,76438	2,81598	13,96313	180,000
7.13/10/1	Итого:	418,69511	13,63795	14,41580	65,05018	411,000
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						
7.013	Салат овощной с зеленым горошком	48,55090	1,06795	1,91339	7,18152	60,000
7.2/2/2	Борщ со сметаной	66,20834	1,37000	2,93598	9,53580	180,000
7.8/8/1	Бефстроганов из отварного мяса говядины	194,29304	15,28857	12,25375	5,71973	70,000
7.н151-1	Макаронные изделия отварные	108,09853	2,94321	1,89795	20,46384	130,000
7.1/10/1	Компот из яблок и кураги / из сухофруктов	50,81649	0,02375	0,02223	13,39205	180,000
7.115/1	Хлеб ржаной 30 гр.	52,36071	2,10375	0,38250	13,32375	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	38,51719	1,39446	0,16518	9,19250	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	558,84520	24,19169	19,57098	78,80919	675,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.18/5/2	Пудинг из творога с морковью	289,98513	14,92134	18,82920	21,77536	120,000
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:	539,58503	25,94235	26,11391	45,99430	305,000
	Всего:	1 607,12534	64,74546	60,31701	200,99504	1 611,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/6	Ацидофилин	150гр		

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



17 Вторник - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н132/1	Макаронные изделия в молоке с маслом.	132,26307	4,77421	6,22692	15,32346	180,000
7.035	Батон с маслом	124,01033	3,27421	5,39093	22,53065	45,000
7.14/10.1	Какао с молоком	103,36761	3,32916	3,33963	16,14458	180,000
	Итого:	359,64101	11,37758	14,95748	53,99869	405,000
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	41,17936	1,03000	1,67523	7,32402	60,000
7.165	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	74,11963	1,81813	1,89523	13,43514	180,000
7.5/9/1	Биточки (котлеты) из мяса кур	152,65529	12,77028	3,69692	12,38411	70,000
7.8/3/2	Капуста тушеная	197,34725	3,09009	6,14673	24,63028	130,000
7.078/1	Компот из изюма/из кураги/из сухофруктов	68,55779	0,16916	0,00000	18,37654	180,000
7.115/1						
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	57,24336	2,30075	0,41832	14,57140	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,23421	1,16411	0,13785	7,67421	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	669,33689	22,34252	13,97028	98,39570	675,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.2/7/2	Рыба отварная под маринадом	222,18921	3,39991	2,81215	21,78981	120,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	431,64911	13,41744	8,91222	38,20393	290,000
	Всего:	1 550,62701	48,11101	38,05630	201,73969	1 590,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	**	7.082	Снежок	150гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр		7.075	Кефир	150гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр		7.023	Йогурт	150гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр		7.40/1/6	Ацидофилин	150гр		



Утверждаю :

Заведующий МБДОУ Детский сад № 77
М.В. Зубаирова

18 Среда - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.н038/5	Омлет натуральный	147,29557	8,62223	11,05126	2,77602	150,000
7.175/1	Батон с маслом с сыром 40/5/9	158,19536	5,86107	7,95981	23,58515	54,000
7.12/10	Чай с молоком	61,24893	1,31602	1,40796	11,22039	200,000
	Итого:	366,73986	15,79932	20,41903	37,58156	404,000
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	Салат из моркови с яблоком /	38,20038	0,74826	3,12844	3,27697	60,000
7.098	пшеница порционный 40гр					
7.264	Суп крестьянский со сметаной	76,70372	1,74233	2,30476	11,35087	180,000
7.н163/7	Котлета мясная	182,87788	13,61377	12,56236	3,58491	70,000
7.64с/1	Картофельное пюре.	232,67180	2,98049	4,13068	22,01417	130,000
7.15/15/1	Напиток из клюквы/ из фруктов	57,59697	0,11798	0,00000	14,87875	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	59,78272	2,40291	0,43689	15,21845	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	70,84748	2,57515	0,30495	16,97563	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	661,08398	24,06291	22,86808	72,42100	675,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.004	Сгущенное молоко 15 гр	37,16039	0,92874	1,09641	7,22369	15,000
7.н121/1	Лепешки с творогом/ запеканка с	237,38571	16,40961	21,86961	17,53165	120,000
7.16/5/2	яблоком					
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр /	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Пряник 25г ***					
	Итого:	484,00600	27,35588	29,06609	41,16946	305,000
	Всего:	1 601,82984	68,19158	72,56952	162,31339	1 604,000

Витаминизация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.286	Снежок	170гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075-1	Кефир	170гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023-1	Йогурт	170гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/8	Ацедофилин	170гр		



Утверждаю :
М.В. Зубаирова

19 Четверг - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.7/4/1	Каша рисовая /гречневая / пшеничная	199,69006	5,43000	6,62196	31,48324	180,000
7.2/4/1	молочная с маслом сливочным					
7.035/8	Батон с повидлом (джемом)	143,06691	3,49412	1,32794	37,72490	60,000
7.13/10/1	Кофейный напиток с молоком	94,33500	2,78745	2,81598	14,06843	180,000
	Итого:	437,09197	11,71157	10,76588	83,27657	420,000
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	Яйцо вареное, кукуруза конс/	18,73628	0,38018	1,55755	1,62340	40,000
7.426	салат из св огурцов и помидор 50гр					
7.130/7						
7.30/2/2	Уха рыбацкая	99,10029	3,58520	2,76902	10,36853	180,000
7.5/9/1	Биточки (котлеты) из мяса кур	174,07962	13,04539	3,72725	12,38412	70,000
7.18/3/2	Рагу из овощей / Рагу из овощей с кабачком	186,31212	2,14118	4,21794	11,97186	130,000
7.237						
7.4/10/1	Компот из кураги и изюма /из сухофруктов	69,48865	0,48882	0,00000	18,71137	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	60,04941	2,41353	0,43882	15,28569	30,000
7.050	Хлеб пшеничный 20 гр	78,26021	1,31059	0,15520	8,63980	20,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	686,02658	23,36489	12,86578	78,98477	655,000
Полдник						
7.21/3/2	Биточки(котлеты) картофельные запеченые	182,18921	3,39991	2,81215	21,78981	130,000
7.3/11/2	Соус молочный / сметанный (для запекания) 20 гр	41,45992	0,76215	2,56570	2,18963	20,000
7.6/11/2						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
	Печенье 20 гр / Вафли 20гр / Пряник 25г ***	88,90588	2,22275	1,11137	16,41412	20,000
	Итого:	433,10903	14,17959	11,47792	40,39356	320,000
	Всего:	1 646,22758	50,22952	35,32590	213,79627	1 615,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	** 7.286	Снежок	170гр	*** 7.308/6	Печенье
7.008	Яблоко	120гр	7.075-1	Кефир	170гр	7.015	Вафли
7.187	Груша	120гр	7.023-1	Йогурт	170гр	7.209	Пряник
7.183	Банан	120гр	7.40/1/8	Ацедофилин	170гр		



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

20 Пятница - дети

технологическая карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
Завтрак						
7.16/5/1	Запеканка из творога с яблоками /с фруктами	197,18156	13,38235	19,71173	24,35520	150,000
7.004	Сгущеное молоко 15 гр	38,14531	0,95357	1,12571	7,41673	15,000
7.357/2	Батон с маслом с сыром 40/6/9	128,61824	6,06990	8,09898	24,40571	55,000
7.11/10/1	чай/ Чай с лимоном	114,54199	3,23327	3,22306	18,70296	180,000
	Итого:	478,48710	23,63909	32,15948	74,88060	400,000
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	Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом р.м/ Огурец порционный 40гр	25,89589	0,36789	2,54339	1,56606	60,000
7.014-1						
7.27/2/2	Суп-пюре из разных овощей	81,77979	2,15878	4,04612	10,23204	180,000
7.249	Печень по строгоновски 80гр	100,53411	17,66306	14,51714	3,80357	80,000
7.368-1	Греча с овощами	136,22666	3,65224	5,27918	22,68878	120,000
7.115/1	Компот из сухофруктов/ из изюма / из кураги	70,94792	0,56857	0,03071	17,79561	180,000
7.002/1	Хлеб ржаной 30 гр.	62,16796	2,49857	0,45429	15,82429	30,000
7.34/2/4	Гренки 15 гр	37,80386	1,28592	0,14255	8,20643	15,000
7.044	Соль	0,00000	0,00000	0,00000	0,00000	5,000
	Итого:	515,35619	28,19503	27,01338	80,11678	670,000
Полдник						
7.354	Чай / Кисломолочный напиток **	120,55402	7,79478	4,98870	13,251,09	150,000
7.14/4/2	Каша ячневая/пшеничная молочная со с/м	180,67011	5,88835	5,05783	34,39236	150,000
7.15/4/1						
7.8/12	Сдоба обыкновенная	180,87757	7,34194	3,87306	45,11551	60,000
	Итого:	482,10170	21,02507	13,91959	79,50787	360,000
	Всего:	1 565,94499	73,83266	73,30877	245,64662	1 650,000

Витаминация С 3 блюда 0,05гр на ребенка

* 7.090	Апельсин	120гр	**	7.082	Снежок	150гр
7.008	Яблоко	120гр		7.075	Кефир	150гр
7.187	Груша	120гр		7.023	Йогурт	150гр
7.183	Банан	120гр		7.40/1/6	Ацидофилин	150гр

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575838

Владелец Зубаирова Марина Владимировна

Действителен с 01.03.2022 по 01.03.2023