

Российская Федерация г. Екатеринбург  
Финансовый отдел № 12 Ленинского областного образования  
Заведующий М.В. ДУХОВНИКОВ  
С.Д. № 12

10

**Итого в день:**

100

**Итого в день:**

Утверждаю:  
Генеральный директор  
Катаева Н.В.

## 2. Бюрократический

| Техническое описание корма           | Время приема пищи | Назначение добавки                                                                                                                   | наличие в рационе | содержание в корме  |
|--------------------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------------------|
| 7.031                                | 10 ч              | Сок                                                                                                                                  | 100               | 49,68               |
| 7.357/6                              | Завтрак           | Батон, масло, сыр                                                                                                                    | 35/8/7            | 148,31/46,11/4,40/5 |
| 7.12/10/17/35/4/1                    | Завтрак           | Чай с молоком // Чай с сахаром                                                                                                       | 150               | 45,65/9,72/5        |
| 7.403/8/3                            | Завтрак           | Омлет натуральным                                                                                                                    | 110               | 140/231             |
| 7.017/3/7.375/1/7.191<br>//2/7.057/2 | Обед              | Зеленый горошек//Кукуруза консервированная //Салат из морской капусты с морковью с яйцом и раст. маслом//Салат из моркови с раст мас | 25//20-<br>30//40 | 8,838<br>0,715      |
| 7.258/3/7.400/8-1/2                  | Обед              | Сметанник с мясом (кури) со сметаной //Ворши с фасолью с мясом (кури) со сметаной                                                    | 150               | 173,2/706           |
| 7.67/4/7.417/1/7.355                 | Обед              | Рыба запеченная в молочном соусе//Рыба с овощами//Виточки рыбные                                                                     | 60//100           | 87,53/805           |
| 7.64/c                               | Обед              | Картофельное пюре.                                                                                                                   | 120               | 102,175/95          |
| 7.050                                | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                       | 20                | 102,175/95          |
| 7.115/1                              | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                | 150               | 32,0335             |
| 7.044                                | Обед              | Соль                                                                                                                                 | 0                 | 0                   |
| 7.002/1                              | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                          | 30                | 48,87               |
| 7.4123/c4                            | Полдник           | Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом                                                                                    | 150               | 144,7407            |
| 7.023                                | Полдник           | Кусочек пищевой 150 г                                                                                                                | 150               | 114,75              |
| Итого в день:                        |                   |                                                                                                                                      | 1223,0475         | 47,70978            |
|                                      |                   |                                                                                                                                      | 52,27378          | 149,02057           |

## 2 Вторник. Дети

| Техническое описание сырья | Время приготовления | Применяемые добавки                                                                                                      | Масса в граммах | Энергетическая ценность, ккал | Белок, г  | Жиры, г   | Углеводы, г | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|-------------|---------------|
| 7.031                      | 10 мин              | Соль                                                                                                                     | 100             | 50,04;596                     | 0,6044    | 0,12088   | 12,20879    |               |
| 7.175/1                    | Завтрак             | Битон,масло,сир                                                                                                          | 40/5/9          | 151,46;251                    | 5,45;386  | 7,73;967  | 21,41;857   |               |
| 7.12/10//7.354             | Завтрак             | Чай с молоком// Чай с сахаром                                                                                            | 200             | 60,60;746                     | 1,3;3604  | 12,21;643 | 21,25;84    |               |
| 7.0038/6                   | Завтрак             | Омлет на курином яйце                                                                                                    | 120             | 161,36;274                    | 9,3686    |           | 3,28;854    |               |
| 7.0173//7.175//7.191       | Завтрак             | Зеленый горошек//Кукуруза консервированная//Салат из морской капусты с вином и раст. маслом//Салат из моркови с раст.мас | 25//20-30/60    | 9,130;55                      | 0,73;912  | 0,04;462  | 1,500;33    |               |
| 7.057/1                    | Обед                | Свекольник с мясом (кури) со сметаной// Борщи с фасолью с мясом (кури) со сметаной                                       | 200             | 206,60;853                    | 10,52;117 | 12,1;343  | 16,43;353   |               |
| 7.2583// 7.068-1/3         | Обед                | Рыба запеченная в молочном соусе// Рыба с овощами//Биточек рыбные                                                        | 80//100         | 128,3//42,6                   | 14,73;791 | 6,02;159  | 4,26;247    |               |
| 7.64с                      | Обед                | Картофельное пюре                                                                                                        | 150             | 150,45;547                    | 3,70;842  | 4,40;743  | 25,81;93    |               |
| 7.115/1                    | Обед                | Компот из сухофруктов                                                                                                    | 200             | 67,104                        | 0,48;879  | 0,02;642  | 17,08;249   | 0,05          |
| 7.051                      | Обед                | Хлеб пшеничный                                                                                                           | 25              | 33,62;23                      | 1,96;022  | 0,23;213  | 12,92;197   |               |
| 7.044                      | Обед                | Соль                                                                                                                     |                 | 0                             | 0         | 0         | 0           |               |
| 7.003-1                    | Обед                | Хлеб ржаной                                                                                                              | 35              | 32,5;1967                     | 2,12;787  | 0,38;689  | 13,47;65    |               |
| 7.0123-4                   | Полдник             | Каша из овсяных хлопьев на молоке со слив. маслом                                                                        | 180             | 150,53;118                    | 4,9;731   | 6,78071   | 21,366;54   |               |
| 7.023-2                    | Полдник             | Йогурт питьевой                                                                                                          | 180             | 149,44;186                    | 9,76;744  | 6,25;116  | 16,60;65    |               |
| Итого в день:              |                     |                                                                                                                          |                 | 1262,890;23                   | 65,61015  | 57,79167  | 177,63732   |               |

## 2 Бродячие Сотрудники

| Технологическая карта | Время приготовления | Наименование блюда                                                                | виды и порции | Экспериментальная ценность, ккал | Белок, г | жир, г   | углеводы, г | Витамин С |
|-----------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------|----------------------------------|----------|----------|-------------|-----------|
| 7.002/1               | Обед                | Хлеб с маслом                                                                     | 30            | 51,08698                         | 2,06982  | 0,37653  | 13,10888    |           |
| 7.258/3// 7.406-1/3   | Обед                | Сметановик с мясом (кура) со сметаной// Борщ с фасолью с мясом (кура) со сметаной | 200           | 206,60853                        | 10,52117 | 12,1343  | 16,43453    |           |
| 7.67/1//7.47/1//7.355 | Обед                | Рыба запеченная в молочном соусе// Рыба с овощами// Виточки рыбные                | 80/100        | 128,35466                        | 14,73791 | 6,02159  | 4,26247     |           |
| 7.64с                 | Обед                | Картофельное пюре                                                                 | 150           | 150,45547                        | 3,70842  | 4,40743  | 25,8193     |           |
| 7.115/1               | Обед                | Компот из сухофруктов                                                             | 200           | 67,104                           | 0,48879  | 0,02642  | 17,08249    | 0,05      |
| 7.04д                 | Обед                | Соль                                                                              |               | 0                                | 0        | 0        | 0           |           |
| Итого в день:.        |                     |                                                                                   |               | 601,58964                        | 31,52611 | 22,96607 | 76,70747    |           |

Утверждено:  
Заведующий лабораторией  
Катерина Н.В.

### 3 Среда Длени

| Технологическая карта    | Время приготовления пищи | Наименование блюда                                                                                                                          | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры   | углеводы | Витамин С |
|--------------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-------|--------|----------|-----------|
| 7.357/6                  | 10 ч                     | Фрукты/Сок                                                                                                                                  | 120             | 72,891                        | 1,365 | 0,09   | 19,837   | Витамин С |
| 7.357/6                  | Завтрак                  | Батон с маслом, сыром                                                                                                                       | 35,837          | 24,483                        | 1,409 | 0,936  | 18,719   |           |
| 7.385                    | Завтрак                  | Какао с молоком                                                                                                                             | 150             | 27,207                        | 2,393 | 2,406  | 12,807   |           |
| 7.162/1/7.114/2          | Завтрак                  | Каши рисовая вязкая молочная со сливочным маслом/Каши пшеничная молочная с медом слив                                                       | 150             | 103,971                       | 4,20  | 5,414  | 18,070   |           |
| 7.271/2/7.333/7.321      | Обед                     | Салат из отв. картофеля, кукурузы и реп. лука с растит. маслом/Салат из помидор и огурцов с зеленым/Салат из отв. картофеля с жел. горошком | 40              | 56,872                        | 0,801 | 3,067  | 6,652    |           |
| 7.272/3                  | Обед                     | Суп-пюре из разных овощей                                                                                                                   | 150             | 69,09                         | 1,79  | 3,1    | 9,28     |           |
| 7.4163/7.26/8/1          | Обед                     | Котлета из говядины/Суп-пюре из мяса говядины                                                                                               | 60              | 188,00                        | 18,9  | 15     | 12,9     |           |
| 7.413/1/7.10/3/2/7.362-1 | Обед                     | Свежая тушеная со сметаной/Морковь, тушеная/Пюре из гороха со сал. мас.                                                                     | 120             | 78,3                          | 2,103 | 3,088  | 14,535   |           |
| 7.078/7.7/10/2           | Обед                     | Компот из яблок/Компот из сухофруктов с шиповником                                                                                          | 150             | 64,512                        | 0,169 | 0      | 17,468   | 0,035     |
| 7.044                    | Обед                     | Соль                                                                                                                                        | 25              | 40,725                        | 0     | 0,3    | 10,45    |           |
| 7.050/7.184/1            | Обед                     | Хлеб ржаной                                                                                                                                 | 20              | 41,6                          | 1,52  | 0,18   | 10,02    |           |
| 7.150/2/7.118/7.8/12/1   | Полдник                  | Ватрушка с повидлом // Пирожки с маслом/Сдоба обыкновенная                                                                                  | 80/70           | 82,501                        | 2,618 | 4,25   | 12,983   |           |
| 7.354/1/7.075/7.082      | Полдник                  | Чай с сахаром/Кефир/Снежок                                                                                                                  | 150             | 75,468                        | 4,193 | 4,792  | 6,14     |           |
| 7.270/1/5                | Полдник                  | Виноград                                                                                                                                    | 44              | 201,741                       | 1,106 | 1,305  | 8,601    |           |
| Итого в день:            |                          |                                                                                                                                             | 659,985         | 37,526                        | 33,01 | 126,38 | 0,035    |           |

### 3 Среда Дени

| Технологическая карта     | Время приготовления пищи | Наименование блюда                                                                                                                         | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры   | углеводы | Витамин С |
|---------------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-------|--------|----------|-----------|
| 7.162/7.114               | Завтрак                  | Каши рисовая вязкая молочная со сливочным маслом/Каши пшеничная молочная с медом слив                                                      | 200             | 149,7                         | 4,1   | 5,7    | 22,2     |           |
| 7.285                     | Завтрак                  | Какао с молоком                                                                                                                            | 200             | 100,06                        | 3,23  | 3,27   | 16,01    |           |
| 7.175/1                   | Завтрак                  | Батон с маслом с сыром                                                                                                                     | 40/5/9          | 151,46                        | 5,45  | 7,73   | 21,41    |           |
| 7.311/7.333/7.321         | Обед                     | Салат из отв. картофеля с реп. луком сои огурцов раст. маслом/Салат из помидор и огурцов с зеленым/Салат из отв. картофеля и жел. горошком | 60              | 73,125                        | 1,092 | 3,706  | 9,158    |           |
| 7.272                     | Обед                     | Суп-пюре из разных овощей                                                                                                                  | 200             | 85,78                         | 2,16  | 3,92   | 11,25    |           |
| 7.4163/7.26/8             | Обед                     | Котлета из говядины/Суп-пюре из мяса говядины                                                                                              | 80              | 215,9                         | 17,2  | 14,7   | 13,9     |           |
| 7.4003-1                  | Обед                     | Хлеб ржаной                                                                                                                                | 35              | 52,51                         | 2,12  | 0,38   | 13,47    |           |
| 7.4113/1/7.10/3/2/7.362-1 | Обед                     | Свежая тушеная со сметаной/Морковь, тушеная/Пюре из гороха со сал. мас.                                                                    | 150             | 100,85                        | 2,17  | 5,44   | 14,21    |           |
| 7.078/7.7/10              | Обед                     | Компот из яблок/Компот из сухофруктов с шиповником                                                                                         | 200             | 67,923                        | 0,169 | 0      | 18,37    | 0,05      |
| 7.051/7.051/1             | Обед                     | Хлеб пшеничный/Хлеб Солинский                                                                                                              | 25              | 53,6                          | 2,2   | 0,2    | 13,14    |           |
| 7.044                     | Обед                     | Соль                                                                                                                                       | 80              | 101,88                        | 3,35  | 5,40   | 15,47    |           |
| 7.150/1/7.118/7.8/12/1    | Полдник                  | Ватрушка с повидлом // Пирожки с маслом/Сдоба обыкновенная                                                                                 | 200             | 87,09                         | 4,83  | 5,52   | 11,39    |           |
| 7.354/7.075-3/7.082-2     | Полдник                  | Чай с сахаром/Кефир/Снежок                                                                                                                 | 150             | 58,280                        | 1,47  | 1,73   | 7,08     |           |
| 7.270/1/5                 | Полдник                  | Виноград                                                                                                                                   | 878,98          | 27,43                         | 37,23 | 137,86 | 0,05     |           |
| Итого в день:             |                          |                                                                                                                                            | 878,98          | 27,43                         | 37,23 | 137,86 | 0,05     |           |

### 3 Среда Сторугини

| Технологическая карта | Время приготовления пищи | Наименование блюда                               | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки | жиры  | углеводы | Витамин С |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-------|-------|----------|-----------|
| 7.4163/7.26/8         | Обед                     | Котлета из говядины // Суп-пюре из мяса говядины | 80              | 215,9                         | 17,2  | 14,8  | 13,9     |           |
| 7.272                 | Обед                     | Суп-пюре из разных овощей                        | 200             | 85,78                         | 2,16  | 3,92  | 11,25    |           |
| 7.4113/1/7.10/3/2     | Обед                     | Свежая тушеная со сметаной/Морковь, тушеная      | 150             | 100,85                        | 2,17  | 5,44  | 14,21    |           |
| 7.078/7.115/1         | Обед                     | Компот из яблок/Компот из сухофруктов            | 200             | 67,923                        | 0,169 | 0     | 18,37    | 0,05      |
| 7.051/7.051/1         | Обед                     | Хлеб пшеничный/Хлеб Солинский                    | 25              | 53,6                          | 2,2   | 0,2   | 13,14    |           |
| 7.003-1               | Обед                     | Хлеб ржаной                                      | 35              | 51,08                         | 2,06  | 0,37  | 13,10    |           |
| 7.044                 | Обед                     | Соль                                             | 80              | 101,88                        | 3,35  | 5,40  | 15,47    |           |
| Итого в день:         |                          |                                                  | 305,64          | 6,57                          | 9,74  | 56,94 | 0,05     |           |

4. Четверг Ясли

| Технологическая карта        | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                                                               | посуда | Дополнительная информация | жир       | углеводы | белки     |
|------------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------|-----------|----------|-----------|
| 7.185/7.231                  | 10 ч              | Фрукт                                                                                                                                                                            | 120    | 42,46125                  | 0,4825    | 12,46083 |           |
| 7.035/9                      | Завтрак           | Полдник/Суп                                                                                                                                                                      | 20     | 4,035                     | 0,0306067 | 9,97933  |           |
| 7.140/2                      | Завтрак           | Битон с маслом слив                                                                                                                                                              | 35/5   | 0,2883                    | 5,1752    | 18,6952  |           |
| 7.110/2/7.285/7.354          | Завтрак           | Пудинг творожный с изюмом                                                                                                                                                        | 120    | 236                       | 12,5      | 12,7     |           |
| 7.333/7.201/4/7.290/1/7.4/12 | Завтрак           | Чай с лимоном/Какао с молоком //чай с сахаром                                                                                                                                    | 150    | 26,1228                   | 0,03133   | 0,00333  | 6,79467   |
| 7.302/3/7.139                | Обед              | Салат из помидор и огурцов с зеленью/Салат из отварной свеклы с растит маслом/Салат из белокочанной капусты с помидорами/Салат с бел. капустой и кукурузой, луком и раст. маслом | 45     | 12,6508                   | 0,49733   | 1,20667  | 2,19467   |
| 7.190/7.4019                 | Обед              | Уха рыбачья/Суп картофельный с рыбными фрикадельками                                                                                                                             | 150    | 74,2458                   | 5,12067   | 0,74333  | 8,27733   |
| 7.050                        | Обед              | Уха из мяса кури/Битон из кури                                                                                                                                                   | 60     | 99,6/135,8                | 16,4/8,8  | 3,1/8,89 | 2,2/5,3   |
| 7.64с                        | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                   | 20     | 41,58                     | 1,52      | 0,18     | 10,02     |
| 7.115/1                      | Обед              | Картофельное пюре                                                                                                                                                                | 120    | 120,17                    | 2,38      | 3,02     | 17,56     |
| 7.044                        | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                                                            | 150    | 52,098                    | 0,36667   | 0,02     | 13,266    |
| 7.002-2                      | Обед              | Соль                                                                                                                                                                             | 0      | 0                         | 0         | 0        | 0,035     |
| 7.15/4/2                     | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                                                      | 30     | 48,87                     | 1,98      | 0,36     | 12,54     |
| 7.401/6                      | Обед              | Каши пшеничная молочная с маслом слив.                                                                                                                                           | 150    | 144,64                    | 4,3       | 4,96     | 21,26     |
| 7.308/6/7.015                | Подлник           | Анфисы                                                                                                                                                                           | 150    | 67,5                      | 4,2       | 3,75     | 6         |
|                              | Подлник           | Печенье/Вафли                                                                                                                                                                    | 20     | 156,249                   | 4,83667   | 4,73867  | 23,46733  |
| Итого в день:                |                   |                                                                                                                                                                                  |        | 1169,62265                | 40,93624  | 39,6797  | 175,21536 |

4. Четверг Ясли

| Технологическая карта   | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                                                               | посуда | Дополнительная информация | жир       | углеводы | белки     |
|-------------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------|-----------|----------|-----------|
| 7.035                   | 10 ч              | Фрукт                                                                                                                                                                            | 120    | 44,01947                  | 0,43474   | 12,82813 |           |
| 7.140/с/1               | Завтрак           | Битон с маслом                                                                                                                                                                   | 45/5   | 115,11608                 | 2,99059   | 5,28043  | 20,56773  |
| 7.110/7.285/7.354/1     | Завтрак           | Пудинг творожный с изюмом                                                                                                                                                        | 130    | 314,47                    | 16,17     | 20,17    | 16,55     |
| 7.185/7.351             | Завтрак           | Чай с лимоном/Какао с молоком //чай с сахаром                                                                                                                                    | 200    | 35,89163                  | 0,04233   | 0,00412  | 9,30475   |
| 7.051                   | Обед              | Полдник/Суп                                                                                                                                                                      | 20     | 48,82101                  | 0,0868    | 0        | 14,3216   |
| 7.14190-1с/7.019        | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                                                   | 25     | 53,6223                   | 1,96022   | 0,23213  | 12,92197  |
| 7.302/7.139             | Обед              | Уха из мяса кури/Битон из кури                                                                                                                                                   | 80     | 127,3/133,13              | 20,5/8,79 | 4,0/9,65 | 2,9/2,86  |
| 7.64с                   | Обед              | Соль                                                                                                                                                                             | 0      | 0                         | 0         | 0        | 0         |
| 7.115/1                 | Обед              | Уха рыбачья/Суп картофельный с рыбными фрикадельками                                                                                                                             | 200    | 100,24163                 | 6,8275    | 2,31917  | 11,03675  |
| 7.003-1                 | Обед              | Картофельное пюре                                                                                                                                                                | 150    | 135,78                    | 21,89     | 4,15     | 3,8       |
| 7.333/7.201/7.290/7.4/1 | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                                                            | 200    | 67,6632                   | 0,48883   | 0,02642  | 17,0825   |
| 7.401/11                | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                                                      | 35     | 66,21                     | 2,68      | 0,49     | 16,99     |
| 7.15/4/1                | Обед              | Салат из помидор и огурцов с зеленью/Салат из отварной свеклы с растит маслом/Салат из белокочанной капусты с помидорами/Салат с бел. капустой и кукурузой, луком и раст. маслом | 60     | 23,48138                  | 0,65058   | 1,60067  | 2,87458   |
| 7.308/6/7.015           | Подлник           | Печенье/Вафли                                                                                                                                                                    | 20     | 156,249                   | 4,83667   | 4,73867  | 23,46733  |
| 7.15/4/1                | Подлник           | Анфисы 200гр                                                                                                                                                                     | 200    | 90                        | 0,6       | 5        | 8         |
|                         | Подлник           | Каши пшеничная молочная с маслом слив.                                                                                                                                           | 180    | 167,89                    | 5,04      | 5,97     | 24,12     |
| Итого в день:           |                   |                                                                                                                                                                                  |        | 1419,4557                 | 64,69826  | 50,41665 | 193,86236 |

4. Четверг Супрудики

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                   | посуда | Дополнительная информация | жир       | углеводы | белки    |
|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------|--------|---------------------------|-----------|----------|----------|
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                          | 3,5    | 66,21                     | 2,68      | 0,49     | 16,99    |
| 7.302/7.139           | Обед              | Уха рыбачья/Суп картофельный с рыбными фрикадельками | 200    | 100,24163                 | 6,8275    | 2,31917  | 11,03675 |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                | 200    | 67,6632                   | 0,48883   | 0,02642  | 17,0825  |
| 7.64с                 | Обед              | Картофельное пюре                                    | 150    | 135,78                    | 21,89     | 4,15     | 3,8      |
| 7.14190-1с/7.019      | Обед              | Уха из мяса кури/Битон из кури                       | 80     | 127,3/133,13              | 20,5/8,79 | 4,0/9,65 | 2,9/2,86 |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                 | 0      | 0                         | 0         | 0        | 0        |
| Итого в день:         |                   |                                                      |        | 369,89483                 | 31,88633  | 6,98559  | 48,90925 |

Утверждаю:  
Катерина Н.В.

5 Питание Ясли

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                               | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки, г | жиры, г   | углеводы, г | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|-----------|-------------|-----------|
| 7.35/7.6              | 10 ч              | Сок                                                                                                                                              | 100             | 15,63                         | 0,4      | 0         | 0           |           |
| 7.285/7.11/10/2       | Завтрак           | Батон с маслом, сыр                                                                                                                              | 35,8/7          | 4,93667                       | 9,83667  | 19,60733  |             |           |
| 7.114/2/7.162/1       | Завтрак           | Каша с молоком/Чай с лимоном                                                                                                                     | 150             | 77,2/26,17                    | 2,3/0,03 | 2,41/0    | 12,8/6,8    |           |
| 7.050/7.184/1         | Завтрак           | Каша пшеница молочная с маслом слив/Каша рисовая мол. со сл маслом                                                                               | 150             | 148,56                        | 4,47     | 5,23      | 20,8        |           |
| 7.19/1/1 //           | Обед              | Хлеб пшеничный //Хлеб Солянышко                                                                                                                  | 20              | 41,58                         | 1,52     | 0,18      | 10,02       |           |
| 7.31/14/7.057/2       | Обед              | Салат из морской капусты и моркови с яйцом с раст маслом //Салат из картофеля с реп.дуком, сол.огурцом раст.маслом//Салат из моркови с раст.мас. | 45 //45         | 79,2702                       | 1,502    | 7,804     | 3,47533     |           |
| 7.110/7.7/10/2        | Обед              | Компот из кураги/Компот из сухофруктов и шиповника                                                                                               | 150             | 56,4/54,6                     | 0,44     | 0         | 15,4/14,72  | 0,035     |
| 7.002-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                      | 30              | 48,87                         | 1,98     | 0,36      | 12,54       |           |
| 7.0086-4/7.31/2/3     | Обед              | Суп гороховый со сметаной/Суп крестьянский со сметаной                                                                                           | 150             | 80,2197                       | 3,0745   | 2,689     | 11,9235     |           |
| 7.044                 | Обед              | Запеканка капустная с говядиной                                                                                                                  | 180             | 213,24                        | 13,99    | 12,75     | 13,22       |           |
| 7.082                 | Обед              | Соль                                                                                                                                             | 150             | 0                             | 0        | 0         | 0           |           |
| 7.148/1/7.132         | Подлник           | Снежок                                                                                                                                           | 150             | 111,8508                      | 3,894    | 4,792     | 16,324      |           |
|                       | Подлник           | Шанежка с картофелем*1//Макаронные изделия в молоке с маслом                                                                                     | 60              | 200,5                         | 5,84     | 5,89      | 32,01       |           |
|                       | Подлник           | Фрукт                                                                                                                                            | 110//120        |                               |          |           |             |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                                                                  | 1080,8407       | 41,64717                      | 49,53167 | 139,92016 |             |           |

5 Питание Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                     | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки, г  | жиры, г   | углеводы, г | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|-------------|-----------|
| 7.175/1               | 10 ч              | Сок                                                                                                                                    | 100             | 17,281354                     | 6,78699   | 8,71398   | 25,74604    |           |
| 7.285/7.11/10         | Завтрак           | Батон с маслом с сыром                                                                                                                 | 40,5/9          | 100,735,58                    | 3,23/0,04 | 3,27/0    | 16,02/9,3   |           |
| 7.114/7.162/1         | Завтрак           | Каша пшеница молочная с маслом слив/Каша рисовая мол. со сл маслом                                                                     | 200             | 161,38                        | 4,95      | 5,63      | 22,65       |           |
| 7.19/1 // 7.31//7.057 | Обед              | Салат из морской капусты и моркови с яйцом с раст.маслом. // Салат из картофеля с реп.дуком, сол.огурцом//Салат из моркови с раст.мас. | 60              | 108,89761                     | 2,40743   | 9,66027   | 7,57912     |           |
| 7.110/7.7/10          | Обед              | Компот из кураги //Компот из сухофруктов и шиповника                                                                                   | 200             | 68,814                        | 0,4888    | 0         | 18,71141    | 0,05      |
| 7.0086-7/7.31/2       | Обед              | Суп гороховый со сметаной//Суп крестьянский со сметаной                                                                                | 200             | 101,02432                     | 4,01429   | 3,01891   | 15,80462    |           |
| 7.044                 | Обед              | Запеканка капустная с говядиной                                                                                                        | 230             | 335,68                        | 21,65     | 21,63     | 16,13       |           |
| 7.051/7.051/1         | Обед              | Хлеб пшеничный //Хлеб Солянышко                                                                                                        | 25              | 53,6223                       | 1,96022   | 0,23213   | 12,92197    |           |
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                            | 35              | 52,51967                      | 2,12787   | 0,38689   | 13,4765     |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                                                   | 80              | 0                             | 0         | 0         | 0           |           |
| 7.148/1/7.132         | Подлник           | Шанежка с картофелем*1//Макаронные изделия в молоке с маслом                                                                           | 180             | 238,57                        | 6,65      | 7,28      | 37,69       |           |
| 7.082-2               | Подлник           | Снежок                                                                                                                                 | 180             | 140,5432                      | 4,89478   | 6,02442   | 20,52035    |           |
|                       | Подлник           | Фрукт                                                                                                                                  | 110//120        | 87,5469                       | 2,208875  | 1,10442   | 16,3115     |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                                                        | 1521,50266      | 58,139255                     | 63,68102  | 207,54229 |             |           |

5 Питание Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                      | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки, г | жиры, г  | углеводы, г | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|---------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|-------------|-----------|
| 7.002/1               | Обед              | Хлеб ржаной                                             | 30              | 52,51967                      | 2,12787  | 0,38689  | 13,4765     |           |
| 7.051/7.051/1         | Обед              | Хлеб пшеничный //Хлеб Солянышко                         | 25              | 53,6223                       | 1,96022  | 0,23213  | 12,92197    |           |
| 7.0086-7/7.31/2       | Обед              | Суп гороховый со сметаной//Суп крестьянский со сметаной | 200             | 101,02432                     | 4,01429  | 3,01891  | 15,80462    |           |
| 7.044                 | Обед              | Запеканка капустная с говядиной                         | 230             | 335,68                        | 21,65    | 21,63    | 16,13       |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                    | 80              | 0                             | 0        | 0        | 0           |           |
| 7.110                 | Обед              | Компот из кураги                                        | 200             | 68,814                        | 0,4888   | 0        | 18,71141    | 0,05      |
| Итого в день:         |                   |                                                         | 611,66029       | 30,24118                      | 25,26793 | 34,84141 |             |           |



Утверждено:  
Заведующий МБДОУ-детский сад № 12  
Катасева Н.В.



Утверждаю:  
Заместитель Министра  
сельского хозяйства  
Республики Беларусь  
Киселев Н.В.

6 Понедельник Ясень

| Технологическая карта | Время приготовления | Наименование блюда                                                     | Выход в граммах | Энергетическая ценность на 100 г | Белки      | Жиры      | Углеводы  | Витамин С |
|-----------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|
| 7.14/4.2              | 10 ч                | Фрукт                                                                  | 120             | 136,773                          | 3,94472    | 4,32412   | 21,62647  |           |
| 7.13/10.2             | Завтрак             | Каши ячневая молочная с маслом сливочным                               | 150             | 71,51929                         | 2,14176    | 2,15353   | 10,66882  |           |
| 7.03/5.9              | Завтрак             | Кефирный напиток с молоком                                             | 150             | 107,685                          | 2,72059    | 5,17529   | 18,69529  |           |
| 7.050                 | Обед                | Батон с маслом слив                                                    | 35/5            | 41,58                            | 1,52       | 0,18      | 10,02     |           |
| 7.16/5-1              | Обед                | Хлеб пшеничный                                                         | 20              | 41,43547                         | 0,94588    | 2,27824   | 4,95882   |           |
| 7.044                 | Обед                | Рисовый суп "Ленинградский" со сметаной                                | 150             | 0                                | 0          | 0         | 0         |           |
| 7.002                 | Обед                | Соль                                                                   | 25              | 40,725                           | 1,65       | 0,3       | 10,45     |           |
| 7.21/1.2              | Обед                | Хлеб ржаной                                                            | 40              | 8,3059                           | 71,471     | 0,042941  | 1,4518    |           |
| 7.26/3.2              | Обед                | Салат из отварной свеклы и моркови с раст. маслом                      | 130             | 292,57941                        | 17,13059   | 15,63471  | 22,396347 |           |
| 7.41/63/1/7.104//     | Обед                | Гарнир овощной сборный                                                 | 130             | 9,62122                          | 8,831022   | 4,3752    |           |           |
| 7.228                 | Обед                | Котлета из говядины//Терфегин из говядины с рисом "Ежники"/Фрикадельки | 70/80/90        | 133,7/169,7                      | 9,62122    | 8,831022  | 4,3752    |           |
| 7.4/10.2              | Обед                | Мясные паровые с молочным соусом                                       | 150             | 54,00476                         | 0,24176    | 0         | 14,63588  | 0,035     |
| 7.40/39-5/7.18/5/8    | Полдник             | Компот из крыжовника и изюма                                           | 100/80          | 286,20106                        | 12,34647   | 17,66294  | 20,09588  |           |
| 7.075                 | Полдник             | Запеканка из творога//Вулинг из творога с морковью                     | 150             | 75,57035                         | 4,19824    | 4,79765   | 6,14706   |           |
| 7.004                 | Полдник             | Кефир                                                                  | 15              | 44,72471                         | 1,11824    | 1,32      | 8,69647   |           |
| Итого в день:         |                     |                                                                        |                 | 1100                             | 1201,62864 | 71518,958 | 53,869421 | 0,035     |

6 Понедельник Дети

| Технологическая карта | Время приготовления | Наименование блюда                                                     | Выход в граммах | Энергетическая ценность на 100 г | Белки      | Жиры      | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|------------|-----------|----------|-----------|
| 7.14/4.1              | 10 ч                | Фрукт                                                                  | 120             | 143,41592                        | 4,14762    | 0,9093    | 21,8933  |           |
| 7.13/10               | Завтрак             | Каши ячневая молочная с маслом сливочным                               | 180             | 89,34811                         | 2,61551    | 2,61886   | 13,82508 |           |
| 7.035                 | Завтрак             | Кефирный напиток с молоком                                             | 200             | 115,11608                        | 2,99059    | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.051                 | Обед                | Хлеб пшеничный                                                         | 25              | 53,6223                          | 1,96022    | 0,23213   | 12,92197 |           |
| 7.16/5-1              | Обед                | Хлеб пшеничный                                                         | 200             | 51,68345                         | 1,20933    | 2,74387   | 6,31966  |           |
| 7.044                 | Обед                | Соль                                                                   | 60              | 9,30857                          | 0,75353    | 0,04555   | 1,5295   |           |
| 7.21/1                | Обед                | Салат из отварной свеклы и моркови с растит. маслом                    | 35              | 52,51967                         | 2,12787    | 0,38689   | 13,4765  |           |
| 7.003-1               | Обед                | Хлеб ржаной                                                            | 150             | 40,25815                         | 25,26815   | 22,38034  | 26,89975 |           |
| 7.23/6.3              | Обед                | Гарнир овощной сборный                                                 | 80/90           | 189,16/210,9                     | 13,9416/03 | 12,6113,5 | 5,636,54 |           |
| 7.41/63/1/7.104//     | Обед                | Котлета из говядины//Терфегин из говядины с рисом "Ежники"/Фрикадельки | 200             | 71,20626                         | 0,31261    | 0         | 19,27134 | 0,05      |
| 7.40/39-3/7.18/5      | Полдник             | Компот из крыжовника и изюма                                           | 120/100         | 358,00087                        | 15,44723   | 21,8121   | 25,84235 |           |
| 7.075-3               | Полдник             | Запеканка из творога//Вулинг из творога с морковью                     | 180             | 90,85129                         | 5,04731    | 5,7684    | 7,39076  |           |
| 7.351                 | Полдник             | Кефир                                                                  | 20              | 62,39193                         | 1,55958    | 1,84118   | 12,12992 |           |
| Итого в день:         |                     |                                                                        |                 | 1370                             | 1500,04595 | 63,43955  | 64,01905 | 0,05      |

6 Понедельник Сотрудники

| Технологическая карта | Время приготовления | Наименование блюда                                                                 | Выход в граммах | Энергетическая ценность на 100 г | Белки      | Жиры      | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------------|------------|-----------|----------|-----------|
| 7.36/3                | Обед                | Гарнир овощной сборный                                                             | 150             | 40,25815                         | 25,26815   | 22,38034  | 26,89975 |           |
| 7.043/6/7.16/5-1      | Обед                | Суп овощной на мясном бульоне со сметаной//Рисовый суп "Ленинградский" со сметаной | 200             | 51,68345                         | 1,20933    | 2,74387   | 6,31966  |           |
| 7.41/63/1/7.104//     | Обед                | Котлета из говядины//Терфегин из говядины с рисом "Ежники"/Фрикадельки             | 80/90           | 189,16/210,9                     | 13,9416/03 | 12,6113,5 | 5,636,54 |           |
| 7.228                 | Обед                | Мясные паровые с молочным соусом                                                   | 30              | 52,51967                         | 2,12787    | 0,38689   | 13,4765  |           |
| 7.002/1               | Обед                | Хлеб ржаной                                                                        | 200             | 71,20626                         | 0,31261    | 0         | 19,27134 | 0,05      |
| 7.044                 | Обед                | Соль                                                                               | 200             | 577,99088                        | 28,91796   | 25,5111   | 66,16725 | 0,05      |
| 7.4/10                | Обед                | Компот из крыжовника и изюма                                                       | 580             |                                  |            |           |          |           |
| Итого в день:         |                     |                                                                                    |                 | 580                              | 577,99088  | 28,91796  | 25,5111  | 0,05      |

Зависимости МЫДОВ-Л

7 В'ячеслав Ясин

| Технологическая карта   | Время приготовления | Наименование блюда                                                                                                                            | Содержание            | Время приготовления | Время               | Уценка     | Витамин С |
|-------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|------------|-----------|
| 10 ч                    | Фрукт //Сок         |                                                                                                                                               | 100/200               | 100/200             | 100/200             | 100/200    | 100/200   |
| 7.034                   | Завтрак             | Батон с маслом //Чай с сахаром                                                                                                                | 35,5/60/128,2/60/7    | 4.257688            | 7.03563             | 18.6975    |           |
| 7.13/10.2/7.354         | Завтрак             | Кофейный напиток с молоком                                                                                                                    | 150/118 132,5/95      | 2,14176             | 2.15353             | 10,6688    |           |
| 7.11/9с/7.5/4/2         | Завтрак             | Каша пшенная молочная со сливочным маслом //Каша манная молочная с маслом сливочным                                                           | 150 128,49244         | 5,27375             | 16,77688            |            |           |
| 7.64с/7.45/3/2          | Обед                | Свининное пюре //Каши рисовая рассыпчатая                                                                                                     | 120/100 102,1/40,2    | 2,4/3,22            | 3,02/3,68           | 17,6/26,13 |           |
| 7.355/7.164             | Обед                | Выпечка рыбные //Рыба в томате с овощами                                                                                                      | 60/110 121,7/40,3     | 16,3/15,64          | 6,5/7,36            | 3,82       |           |
| 7.050                   | Обед                | Хлеб пшеничный                                                                                                                                | 20 41,58              | 1,52                | 0,18                | 10,02      |           |
| 7.044                   | Обед                | Соль                                                                                                                                          | 0 0                   | 0                   | 0                   | 0          |           |
| 7.002-1                 | Обед                | Хлеб ржаной                                                                                                                                   | 30 40,725             | 1,65                | 0,3                 | 10,45      |           |
| 7.115/1                 | Обед                | Конфит из сухофруктов                                                                                                                         | 150 52,0335           | 0,36688             | 0,02                | 13,2625    | 0.035     |
| 7.001/1/7.017/3//       | Обед                | Салат из белокочанной капусты и моркови с растительным маслом //Лезеный горошек/ консервированная кукуруза //Салат из моркови с растит маслом | 45/-20- 30/45 32,1705 | 0,7725              | 2,2925              | 3,99625    |           |
| 4.1/1/7.051/2           | Обед                | Шве с мясом (курица) со сметаной //Сырный суп                                                                                                 | 150 153,8056          | 7,88375             | 9,57                | 10,5188    |           |
| 7.4/6/3 //7.280         | Полдник             | Омлет с картофелем запеченный //Запеканка овощная                                                                                             | 118,38/109 6,58/5,61  | 5,99/4,19           | 10,09/11,96         | 23,46733   |           |
| 7.308/6/7.015           | Полдник             | Печенье //Варени                                                                                                                              | 156,219 4,83667       | 4,78867             | 0,68,85             |            |           |
| 7.11/10.2/7.354/1/7.073 | Полдник             | Чай с лимоном //Чай с сахаром //Кефир                                                                                                         | 150 26,17/3,25 0,03/0 | 805,37209 27,408628 | 31,56/408 121,69114 | 0.035      |           |
| Итого в день:           |                     |                                                                                                                                               |                       |                     |                     |            |           |

## 7 Вторинник Дієти

| Технологическая карта | Время приготовления пищи | Назначение блюда                                                                                                                            | Валовая стоимость в граммах | Заготовительная стоимость, руб. | блюда    | закуп     | использ.   | Валовый С |
|-----------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|----------|-----------|------------|-----------|
| 7.357/2               | 10 ч                     | Фрукт //Сок                                                                                                                                 | 120                         | 156,07003                       | 5,49746  | 8,56992   | 22,06754   |           |
| Заправка              |                          | Батон с маслом, сыром                                                                                                                       | 40,6/9                      |                                 |          |           |            |           |
| 7.13/10               | Заправка                 | Кофейный напиток с молоком                                                                                                                  | 200                         | 57,35213                        | 1,15705  | 1,23254   | 10,95385   |           |
| 7.119с/7.5/4          | Полдник                  | Капша пивная молочная со сливочным маслом//Капша мясная молочная с мясом сливочным                                                          | 180                         | 175,49277                       | 5,38328  | 7,2842    | 22,69344   |           |
| 7.000//7.0173/4/11//7 | Обед                     | Салат из бескостной курицы и моркови с растительным маслом. // Зеленый горошек// консервированный кукуруз// Салат из моркови с листик мясом | 60//20-30                   | 39,8565                         | 0,805    | 3,04451   | 4,47803    |           |
| 7.64с/7.45/3/2        | Обед                     | Картофельное пюре//Капша рисовая рассыпчатая                                                                                                | 180//130                    | 150,45547                       | 3,70842  | 4,40743   | 25,8195    |           |
| 7.355//7.164          | Обед                     | Витаминный салат// Рыба в томате с овощами                                                                                                  | 145,21293                   | 17,19574                        | 8,0509   | 1,43      |            |           |
| 7.051                 | Обед                     | Хлеб пшеничный                                                                                                                              | 25                          | 53,6223                         | 1,96027  | 0,23213   | 12,92197   |           |
| 7.1137//7.258         | Обед                     | Щи с мясом (кури) со сметаной//Свекольник                                                                                                   | 200                         | 196,50239                       | 9,99098  | 11,93107  | 14,37328   |           |
| 7.115/1               | Обед                     | Компот из сухофруктов.                                                                                                                      | 200                         | 67,6632                         | 0,48883  | 0,02642   | 17,08255   | 0,05      |
| 7.003-1               | Обед                     | Хлеб ржаной                                                                                                                                 | 3,5                         | 52,51967                        | 2,12787  | 0,38689   | 13,4765    |           |
| 7.044                 | Обед                     | Соль                                                                                                                                        |                             | 0                               | 0        | 0         | 0          |           |
| 7.4/6/3//7.280        | Полдник                  | Омлет с картофелем запеченный//Запеканка овощная                                                                                            | 130//150                    | 118,37122.7                     | 6,584462 | 5,99434   | 10,0919,02 |           |
| 7.308.6/7.015         | Полдник                  | Печенье//Ярлик                                                                                                                              | 20                          | 156,249                         | 4,83667  | 4,73867   | 23,463733  |           |
| 7.1110/7.354//7.258   | Полдник                  | Чай с лимоном//Чай с сахаром//Кефир                                                                                                         | 180                         | 35,59444,34                     | 0,0410   | 0         | 9,311,8    |           |
| Итого в день:         |                          |                                                                                                                                             | 1250,99639                  | 53,14652                        | 49,93468 | 168,76374 | 0,05       |           |

7 **Вторник Сотрудники**

| Техническая карта | Время работы, мин | Назначение блюда                                          | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры      | углевода  | Витамин С |
|-------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 7.002/1           | Обед              | Хлеб ржаной                                               | 30              | 52,5/1967                     | 2,12/787  | 0,386/89  | 13,4/465  |           |
| 7.258.3/7.272     | Обед              | Выходоканн с мясом со сметаной//Суп-пюре из разных овощей | 200             | 196,502/39                    | 9,990/998 | 11,931/07 | 14,373/38 |           |
| 7.115/1           | Обед              | Конфит из свихорфруктов                                   | 200             | 67,66/32                      | 0,488/83  | 0,026/42  | 17,08/25  |           |
| 7.335/164         | Обед              | Выходоканн ринные //Руба в томате с овощами               | 80/110          | 145,21/293                    | 17,195/74 | 8,050/99  | 1,43      |           |
| 7.64с/7.453/2     | Обед              | Картофельное пюре//Каша рисовая рассыпчатая               | 150/120         | 150,455/47                    | 3,708/42  | 4,407/43  | 25,819/3  |           |
| 7.044             | Обед              | Соль                                                      |                 | 0                             | 0         | 0         | 0         |           |
| Итого в день:     |                   |                                                           |                 | 612,35366                     | 33,51184  | 24,80271  | 72,18158  | 0,05      |



Утверждено:  
Заместитель главы администрации  
Катасова Н.В.

8 Средняя Ясли

| Технологическая карта | Время приготовления пищи | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | Выход в граммах | Эквивалентная стоимость, руб. | Безнал   | Налоговая | Условно-реализованная | Витамин С |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|-----------|-----------------------|-----------|
| 7.8/4/2               | 10 ч                     | Суп                                                                                                                                                                                                                | 100             | 0,027                         | 0,027    | 0         | 0                     | 0         |
| 7.8/4/2               | Завтрак                  | Каши геркулесовая молочная с маслом слив.                                                                                                                                                                          | 150             | 136,89                        | 6,18     | 5,88      | 20,26                 |           |
| 7.285                 | Завтрак                  | Каша с маслом                                                                                                                                                                                                      | 150             | 109,09294                     | 2,309290 | 2,47294   | 12,90824              |           |
| 7.287/6/7/035         | Завтрак                  | Битон с маслом/Битон с маслом слив.                                                                                                                                                                                | 35/8/7          | 0,5492/8/2/0                  | 0,4765   | 10,07     | 18,72588              |           |
| 7.248/7/7/0/2         | Обед                     | Кисель из концентрата пшавского или яблочного/Компот из сухофруктов и шиповника                                                                                                                                    | 150             |                               |          | 0         | 34,19412              | 0,035     |
| 7.146/7/7/086-4       | Обед                     | Щи вегетарианские со сметаной/Суп гороховый со сметаной                                                                                                                                                            | 150             | 59,58582                      | 1,40353  | 2,78529   | 7,91647               |           |
| 7.163/7/7/104/7/7/177 | Обед                     | Котлета из говядины/Терпели из говядины с рисом "Ежик"/Котлета мясо-картофельная по хановски                                                                                                                       | 60              | 158,07653                     | 12,98588 | 11,34824  | 1,13882               |           |
| 7.044                 | Обед                     | Соль                                                                                                                                                                                                               |                 | 0                             | 0        | 0         | 0                     |           |
| 7.113/1/7/103/2       | Обед                     | Свежая в салатном соусе/Морковь тушенная                                                                                                                                                                           | 120             | 72,43941                      | 1,86941  | 2,94412   | 12,87059              |           |
| 7.002/1               | Обед                     | Хлеб ржаной                                                                                                                                                                                                        | 30              | 40,725                        | 1,65     | 0,3       | 10,45                 |           |
| 7.21/14/7/32/14/7/33  | Обед                     | Салат из отварного картофеля с репчатый лук, соевым соусом, раст. маслом/Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст. маслом/Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст. маслом/Хлеб соевый | 45              | 46,60835                      | 0,65941  | 2,73235   | 5,11588               |           |
| 7.050/7/184/1         | Обед                     | Хлеб пшеничный/Хлеб соевый                                                                                                                                                                                         | 20              | 41,58                         | 1,57     | 0,18      | 10,07                 |           |
| 7.40/1/6              | Полдник                  | Фрукты                                                                                                                                                                                                             | 110/120         | 67,5                          | 4,2      | 3,75      | 6                     |           |
| 7.2/12/2              | Полдник                  | Анисовый                                                                                                                                                                                                           | 150             | 413,48                        | 12       | 15,23     | 47,78                 |           |
|                       |                          | Блюда твердая                                                                                                                                                                                                      | 90              | 1404,00887                    | 47,29117 | 57,60294  | 187,38                | 0,035     |
| Итого в день:         |                          |                                                                                                                                                                                                                    |                 |                               |          |           |                       |           |

8 Средняя Лети

| Технологическая карта | Время приготовления пищи | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                 | Выход в граммах | Эквивалентная стоимость, руб. | Безнал   | Налоговая | Условно-реализованная | Витамин С |
|-----------------------|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|-----------|-----------------------|-----------|
| 7.8/4                 | 10 ч                     | Суп                                                                                                                                                                                                                | 100             |                               |          |           |                       |           |
| 7.8/4                 | Завтрак                  | Каши геркулесовая молочная с маслом слив.                                                                                                                                                                          | 200             | 164,37                        | 5,12     | 7,14      | 23,79                 |           |
| 7.285                 | Завтрак                  | Каша с маслом                                                                                                                                                                                                      | 200             | 102,11663                     | 3,3032   | 3,3032    | 16,11789              |           |
| 7.175/1/7/035         | Завтрак                  | Битон с маслом с сыром/Битон с маслом слив.                                                                                                                                                                        | 40/5/9          | 146,97154                     | 5,39472  | 7,65098   | 21,72837              |           |
| 7.248/7/7/10          | Обед                     | Кисель из концентрата пшавского или яблочного/Компот из сухофруктов и шиповника                                                                                                                                    | 200             | 136,68798                     | 0        | 0         | 34,84073              | 0,05      |
| 7.146/7/7/086-7       | Обед                     | Щи вегетарианские со сметаной/Суп гороховый со сметаной                                                                                                                                                            | 200             | 64,40041                      | 1,68805  | 2,8039    | 8,89878               |           |
| 7.051/7/051/1         | Обед                     | Хлеб пшеничный/Хлеб соевый                                                                                                                                                                                         | 25              | 53,6223                       | 1,96022  | 0,23213   | 12,92197              |           |
| 7.113/1/7/103/2       | Обед                     | Свежая в салатном соусе/Морковь тушенная                                                                                                                                                                           | 150             | 100,38073                     | 2,10797  | 5,41862   | 14,2815               |           |
| 7.044                 | Обед                     | Соль                                                                                                                                                                                                               |                 | 0                             | 0        | 0         | 0                     |           |
| 7.21/1/7/32/1/7/333   | Обед                     | Салат из отварного картофеля с репчатый лук, соевым соусом, раст. маслом/Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст. маслом/Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст. маслом/Хлеб соевый | 60              | 62,22066                      | 0,88333  | 3,65528   | 6,83033               |           |
| 7.003-1               | Обед                     | Котлета из говядины/Терпели из говядины с рисом "Ежик"/Котлета мясо-картофельная по хановски                                                                                                                       | 35              | 52,51967                      | 2,12787  | 0,38689   | 13,4765               |           |
| 7.163/7/7/104/7/7/177 | Обед                     | Щи вегетарианские со сметаной/Суп гороховый со сметаной                                                                                                                                                            | 80              | 185,90298                     | 15,18943 | 13,38561  | 1,33504               |           |
| 7.40/1/11             | Полдник                  | Фрукты                                                                                                                                                                                                             | 110/120         | 90,53571                      | 5,63333  | 5,02976   | 8,04762               |           |
| 7.2/12/2              | Полдник                  | Анисовый                                                                                                                                                                                                           | 200             | 413,48                        | 12       | 15,23     | 47,78                 |           |
|                       |                          | Блюда твердая                                                                                                                                                                                                      | 90              | 1573,16861                    | 55,41012 | 64,26374  | 210,04873             | 0,05      |
| Итого в день:         |                          |                                                                                                                                                                                                                    |                 |                               |          |           |                       |           |

8 Средняя Сотрудники

| Технологическая карта | Время приготовления пищи | Наименование блюда                                                              | Выход в граммах | Эквивалентная стоимость, руб. | Безнал   | Налоговая | Условно-реализованная | Витамин С |
|-----------------------|--------------------------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|-----------|-----------------------|-----------|
| 7.002/1               | Обед                     | Хлеб ржаной 30 гр.                                                              | 30              | 52,51967                      | 2,12787  | 0,38689   | 13,4765               |           |
| 7.044                 | Обед                     | Соль                                                                            |                 | 0                             | 0        | 0         | 0                     |           |
| 7.146/7/7/086-4       | Обед                     | Щи вегетарианские со сметаной/Суп гороховый со сметаной                         | 200             | 64,40041                      | 1,68805  | 2,8039    | 8,89878               |           |
| 7.248/7/7/10          | Обед                     | Кисель из концентрата пшавского или яблочного/Компот из сухофруктов и шиповника | 200             | 136,68798                     | 0        | 0         | 34,84073              | 0,05      |
| 7.113/1/7/103         | Обед                     | Свежая в салатном соусе/Морковь тушенная                                        | 150             | 100,38073                     | 2,10797  | 5,41862   | 14,2815               |           |
| 7.163/7/7/104         | Обед                     | Котлета из говядины/Терпели из говядины с рисом "Ежик"                          | 80              | 185,90298                     | 15,18943 | 13,38561  | 1,33504               |           |
|                       |                          | Итого в день:                                                                   |                 | 539,89177                     | 21,11332 | 21,99502  | 72,83255              | 0,05      |

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ - детский сад № 12  
Катасова Н.В.

9 Четверг Ясли

| Технологическая карта       | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                              | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры      | углеводы | Витамин С |
|-----------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|----------|-----------|
| 7.035/9                     | 10 ч              | Фрукт                                                                                                                                           | 30              |                               |           |           |          |           |
| 7.110/2/7.067               | Завтрак           | Батон с маслом слив                                                                                                                             | 38,5*           | 107,686                       | 2,204     | 5,1752    | 18,6952  |           |
| 7.038/3                     | Завтрак           | Чай с лимоном//Корейский напиток с молоком                                                                                                      | 150             | 0,111                         | 1,1643    | 2,72353   | 5,66039  | 18,7      |
| 7.050                       | Завтрак           | Омлет натуральный                                                                                                                               | 110             | 149,45929                     | 8,60765   | 11,41176  | 2,93647  |           |
| 7.002/1                     | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                  | 20              |                               | 41,58     | 1,52      | 0,18     | 10,02     |
| 7.044                       | Обед              | Щи с мясом кури со сметаной//Борщ с фасолью с мясом(кури) со сметаной // Суп-лапша с мясом кури со сметаной                                     | 150             | 129,51847                     | 7,82706   | 8,50824   | 6,44176  |           |
| 7.110/2/7.115/1/7.15/15/3   | Обед              | Картофельное пюре // Пюре розовое                                                                                                               | 130             | 104,12206                     | 2,39765   | 3,20471   | 17,57882 |           |
| 7.147/7.149с-1              | Обед              | Компот из сухофруктов//Напиток из брусники                                                                                                      | 150             | 58,07594                      | 0,37529   | 0         | 15,72176 | 0,036     |
| 7.002/1                     | Обед              | Супе из рыбы //Трески рыбные                                                                                                                    | 80              | 118,89/107,53                 | 12,86/9,2 | 4,12/3,35 | 2,85/3,9 |           |
| 7.333/7.017/3/4.1/1/7.057/2 | Обед              | Салат из огурцов и помидор с зеленым//Зеленый горошек//Кукуруза консерв//Салат из брокколиной капусты с помид.//Салат из моркови с раст. маслом | 45/20/45        | 21,04094                      | 0,70824   | 1,23706   | 3,14294  |           |
| 7.044                       | Обед              | Соль                                                                                                                                            | 150             |                               | 0         | 0         | 0        |           |
| 7.40/11/7.023               | Подзник           | Апперизив//Компот                                                                                                                               | 150             | 67,5                          | 4,2       | 3,75      | 6        |           |
| 7.18/4/2                    | Подзник           | Каши молочная ассорти (рис, греча)                                                                                                              | 150             | 126,07147                     | 3,66941   | 5,00706   | 18,38235 |           |
| 7.015/7.308/6               | Подзник           | Варфл//Печенье                                                                                                                                  | 20              | 63                            | 0,64      | 0,56      | 16,18    |           |
| Итого в день:               |                   |                                                                                                                                                 | 1028,5682       | 37,369                        | 45,0546   | 146,34    |          |           |

9 Четверг Дети

| Технологическая карта       | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                              | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки      | жиры     | углеводы | Витамин С |
|-----------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|------------|----------|----------|-----------|
| 7.038/6                     | 10 ч              | Фрукт                                                                                                                                           | 120             |                               |            |          |          |           |
| 7.110/7.067                 | Завтрак           | Омлет натуральный                                                                                                                               | 120             | 159,64236                     | 9,4096     | 12,13734 | 3,04935  |           |
| 7.035                       | Завтрак           | Чай с лимоном //Корейский напиток с молоком                                                                                                     | 200             | 35,87523                      | 0,05032    | 0,00524  | 9,34677  |           |
| 7.035                       | Завтрак           | Батон с мясом                                                                                                                                   | 40/5            | 119,29899                     | 3,13323    | 5,36919  | 21,55379 |           |
| 7.035                       | Завтрак           | Щи с мясом кури со сметаной//Борщ с фасолью с мясом(кури) со сметаной // Суп-лапша с мясом кури со сметаной                                     | 200             | 163,03994                     | 9,65242    | 10,72105 | 8,39339  |           |
| 7.051                       | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                  | 25              | 53,6223                       | 1,96022    | 0,33213  | 12,92197 |           |
| 7.044                       | Обед              | Картофельное пюре//Пюре розовое                                                                                                                 | 150             | 130,5606                      | 2,99855    | 4,0204   | 22,04387 |           |
| 7.110/7.115/1/7.15/15/4     | Обед              | Компот из сухофруктов и шиповника//Компот из сухофруктов//Напиток из брусники                                                                   | 200             | 75,81048                      | 0,47121    | 0        | 20,49597 | 0,05      |
| 7.147/7.149с-1              | Обед              | Супе из рыбы//Трески рыбные                                                                                                                     | 80              | 109,14/143,37                 | 11,71/12,2 | 3,8/4,5  | 2,7/5,2  |           |
| 7.333/7.017/3/4.1/1/7.057/1 | Обед              | Салат из огурцов и помидор с зеленым//Зеленый горошек//Кукуруза консерв//Салат из брокколиной капусты с помид.//Салат из моркови с раст. маслом | 60//30/60       | 24,77649                      | 0,74476    | 1,61202  | 3,3021   |           |
| 7.003-1                     | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                     | 35              | 52,51967                      | 2,12787    | 0,38689  | 13,4765  |           |
| 7.044                       | Обед              | Соль                                                                                                                                            |                 | 0                             | 0          | 0        | 0        |           |
| 7.18/4/1                    | Подзник           | Каши молочная ассорти (рис, греча)                                                                                                              | 180             | 153,20504                     | 4,58308    | 6,01411  | 22,34274 |           |
| 7.40/16/7.023-2             | Подзник           | Апперизив//Компот                                                                                                                               | 200             | 88,72984                      | 5,5209     | 4,92944  | 7,8871   |           |
| 7.015/7.308/6               | Подзник           | Варфл//Печенье                                                                                                                                  | 20              | 67,57258                      | 0,68645    | 0,60065  | 17,35435 |           |
| Итого в день:               |                   |                                                                                                                                                 | 1124,65352      | 41,3406                       | 46,0285    | 162,168  |          |           |

9 Четверг Сотрудники

| Технологическая карта   | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                          | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки   | жиры    | углеводы | Витамин С |
|-------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|---------|---------|----------|-----------|
| 7.002/1                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                 | 30              | 52,51967                      | 2,12787 | 0,38689 | 13,4765  |           |
| 7.147                   | Обед              | Супе из рыбы                                                                                                | 80              | 109,1438                      | 11,727  | 3,81774 | 2,75992  |           |
| 7.037/7.068-1//7.47с/4  | Обед              | Щи с мясом кури со сметаной//Борщ с фасолью с мясом(кури) со сметаной // Суп-лапша с мясом кури со сметаной | 200             | 163,03994                     | 9,65242 | 10,7211 | 8,39339  |           |
| 7.064с-2                | Обед              | Картофельное пюре 130 гр.                                                                                   | 150             | 130,5606                      | 2,99855 | 4,0204  | 22,0439  |           |
| 7.044                   | Обед              | Соль                                                                                                        |                 | 0                             | 0       | 0       | 0        |           |
| 7.110/7.115/1/7.15/15/4 | Обед              | Компот из кураги//Компот из сухофруктов//Напиток из брусники                                                | 200             | 68,814                        | 0,4888  | 0       | 18,7114  |           |
| Итого в день:           |                   |                                                                                                             | 524,07801       | 26,995                        | 18,9461 | 65,385  |          |           |

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ-детский сад № 12  
Катаева Н.В.

10 Питание Ясли

| Технологическая карта  | Время приема пищи | Назначение блюда                                                      | Выход в граммах | Дневная норма | Безопасность | Затраты  | Углеводы  | Витамин С |
|------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|--------------|----------|-----------|-----------|
| 7.357/6/7/189/5/7.435/ | 10 ч              | Сок                                                                   | 100             | 48,82101      | 0,0868       | 0        | 14,3216   |           |
| 7.357/6/7/189/5/7.435/ | Завтрак           | Ватон с маслом, сыром/Ватон/Сыр                                       | 35/8/7          | 146,92382     | 4,43765      | 10,07    | 18,72588  |           |
| 7.185/7/004            | Подлинник         | Повидло//Смушенка                                                     | 20/15           | 0,34/1,875    | 6,5/0,96683  | 0        | 10,03208  |           |
| 7.403/9-3              | Подлинник         | Запеканка из творога                                                  | 120             | 35,113381     | 17,05333     | 10,98381 |           |           |
| 7.354/1/7/11/10/2      | Завтрак           | Чай с сахаром/Чай с лимоном                                           | 150             | 33,30741      | 0            | 0        | 8,85471   |           |
| 7.050/7/184/1          | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солиншко                                         | 20              | 41,58         | 1,52         | 0,18     | 10,02     |           |
| 7.55с-1/7/7.165        | Обед              | Суп термический на мясном бульоне/Рассольник "Ленинградский" со см.   | 150             | 90,96459      | 3,22471      | 3,69294  | 12,08941  |           |
| 7.044                  | Обед              | Соль                                                                  |                 | 0             | 0            | 0        | 0         |           |
| 7.29/1/2/7.292/1       | Обед              | Салат из отвар картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцами | 40/40           | 46,96626      | 0,62421      | 3,34421  | 4,75263   |           |
| 7.002/1                | Обед              | Хлеб ржаной                                                           | 30              | 48,87         | 1,98         | 0,36     | 12,54     |           |
| 7.4243/7.061           | Обед              | Голубцы ленивые в молочном соусе// Витус с мясом                      | 180             | 225,61        | 15,02        | 13,76    | 12,96     |           |
| 7.115/1                | Обед              | Компот из сухофруктов                                                 | 150             | 52,0335       | 0,36667      | 0,02     | 13,26583  | 0,035     |
| 7.19/4/2               | Подлинник         | Каши молочная ассорти (пшенично-кукурузная) со сливочным маслом       | 150             | 147,43059     | 4,16941      | 4,96765  | 22,13647  |           |
| 7.082                  | Подлинник         | Снежок                                                                | 150             | 111,87424     | 3,89353      | 4,79235  | 16,32412  |           |
|                        | Подлинник         | Фрукт                                                                 | 110/120         | 82,44         | 2,08         | 1,04     | 15,36     |           |
| Итого в день:          |                   |                                                                       |                 | 1320,21916    | 50,50082     | 59,28048 | 168,04494 | 0,035     |

10 Питание Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                                      | Выход в граммах | Дневная норма | Безопасность | Затраты  | Углеводы  | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|--------------|----------|-----------|-----------|
| 7.185/7.351           | 10 ч              | Сок                                                                   | 100             | 48,82101      | 0,0868       | 0        | 14,3216   |           |
| 7.350/7/189/5/7.435/5 | Подлинник         | Повидло//Смушенка                                                     | 20/20           | 146,97154     | 5,39472      | 7,65098  | 21,72837  |           |
| 7.354/6/7/11/10       | Завтрак           | Ватон с маслом с сыром/Ватон/Сыр                                      | 40/5/9          | 44,343        | 0            | 0        | 11,80636  |           |
| 7.403/9-1             | Подлинник         | Запеканка из творога                                                  | 130             | 304,83496     | 15,76372     | 20,9274  | 12,99372  |           |
| 7.051/7/051/1         | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солиншко                                         | 25              | 53,6223       | 1,96022      | 0,23213  | 12,92197  |           |
| 7.55с-1/7/7.165       | Обед              | Суп термический на мясном бульоне/Рассольник "Ленинградский" со см.   | 200             | 99,57838      | 3,99372      | 2,88107  | 15,78174  |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                  |                 | 0             | 0            | 0        | 0         |           |
| 7.29/1/7/7.292        | Обед              | Салат из отвар картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцами | 60              | 62,757        | 0,83187      | 4,44754  | 6,33545   |           |
| 7.4243/7.061          | Обед              | Голубцы ленивые в молочном соусе// Витус с мясом                      | 230             | 312,05        | 20,48        | 20,21    | 14,88     |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                 | 200             | 67,6632       | 0,48883      | 0,02642  | 17,0825   | 0,05      |
| 7.003                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                           | 35              | 52,51967      | 2,12787      | 0,38689  | 13,4765   |           |
| 7.19/4/1              | Подлинник         | Каши молочная ассорти (пшенично-кукурузная) со сливочным маслом       | 180             | 172,81041     | 4,96645      | 5,83934  | 25,81281  |           |
|                       | Подлинник         | Фрукт                                                                 | 110/120         |               |              |          |           |           |
| 7.082-2               | Подлинник         | Снежок                                                                | 180             | 135,41073     | 4,71314      | 5,80074  | 19,75876  |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                       |                 | 1501,3822     | 60,72054     | 68,40251 | 172,57818 | 0,05      |

10 Питание Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                                    | Выход в граммах | Дневная норма | Безопасность | Затраты  | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------|-----------------|---------------|--------------|----------|----------|-----------|
| 7.003                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                         | 35              | 52,51967      | 2,12787      | 0,38689  | 13,4765  |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                               | 200             | 67,6632       | 0,48883      | 0,02642  | 17,0825  | 0,05      |
| 7.4243/7.061          | Обед              | Голубцы ленивые в молочном соусе// Витус с мясом                    | 230             | 312,05        | 20,48        | 20,21    | 14,88    |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                |                 | 0             | 0            | 0        | 0        |           |
| 7.55с-1               | Обед              | Суп термический на мясном бульоне/Рассольник "Ленинградский" со см. | 200             | 99,57838      | 3,99372      | 2,88107  | 15,78174 |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                     |                 | 531,81125     | 27,09042     | 23,50438 | 61,22074 | 0,05      |

|            |          |        |          |
|------------|----------|--------|----------|
| 10756851   | 220204   | 851752 | 18.69552 |
| 44.082834W | 43.6810  | 439156 | 22.0348  |
| 69.909271  | 112.1054 | 2.112  | 10.6050  |

Утверждено  
Заведующий МБДОУ - детский сад № 12  
Катаева Н.В.

СССР  
ЮД  
С  
Де  
1972  
МЕ  
У

|          |        |        |         |
|----------|--------|--------|---------|
| 107,6851 | 2,2004 | 8,1752 | 18,6953 |
| 44,0823  | 4,4368 | 9,9156 | 22,0348 |
| 69,9992  | 1,1121 | 10,54  | 10,6050 |

---

|          |            |        |         |
|----------|------------|--------|---------|
| 107,6851 | 2,2004     | 8,1752 | 18,6953 |
| 44,0823  | 4,4368     | 9,9156 | 22,0348 |
| 69,9929  | 1,112,1054 | 2,112  | 10,6050 |

Утверждено:  
 \_\_\_\_\_  
 Катасва Н.В.

## 12 Вторник Ясли

| Техническое описание корма | Время приема пищи | Назначение корма                                                                  | Вид корма | Время приема пищи | Энергетическая ценность, ккал | Белки    | Жиры      | Углеводы | Витамин С |
|----------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|
| 7.031                      | 10 ч              | Сок                                                                               | 100       | 49,68             | 0,6                           | 0,12     | 12,12     |          |           |
| 7.034                      | Завтрак           | Батон, мясо, сыр                                                                  | 35/5/6    | 151,54029         | 5,27435                       | 8,37355  | 21,44795  |          |           |
| 7.12/10/2/7.11/10/2        | Завтрак           | Чай с молоком/Чай с лимоном                                                       | 150       | 60,21             | 1,316                         | 1,408    | 11,2205   |          |           |
| 7.0038/5                   | Завтрак           | Омлет картофельный                                                                | 110       | 158,7726          | 9,4489                        | 12,092   | 3,03085   |          |           |
| 7.375/7.017/7.4/1/2/       |                   | С салат курица консервированная/Зеленый горошек/Салат из брокколи капуста         | 20-30/40  | 27,0774           | 0,72145                       | 0,131    | 5,7271    |          |           |
| 7.22/1/2                   |                   | капусты с курицей, луком и раст. маслом/Салат из огур. свежесы с морской капустой | 20        | 55,61325          | 2,033                         | 0,24075  | 13,40175  |          |           |
| 7.050                      | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                    | 20        | 199,65114         | 10,2345                       | 11,9183  | 15,15005  |          |           |
| 7.044                      | Обед              | С. соль                                                                           |           | 144,97341         | 3,0337                        | 3,99728  | 22,10081  |          |           |
| 7.67/1/7.149с              | Обед              | Рыба запеченная в молочном соусе/Тертая рыба                                      | 80        | 139,64185         | 14,32306                      | 5,90139  | 4,2822    |          |           |
| 7.64с/7.н151-2             | Обед              | Картофельное пюре/Макаронные изделия                                              | 120       | 73,12073          | 0,5855                        | 0,0264   | 18,73415  |          | 0,05      |
| 7.258/3/7.н137/2           | Обед              | Свекольник с мясом со сметаной/Щи с мясом (кура) со сметаной                      | 150       | 48,46275          | 1,9635                        | 0,357    | 12,43555  |          |           |
| 7.002/1                    | Обед              | Хлеб ржаной                                                                       | 30        |                   |                               |          |           |          |           |
| 7.115/1                    | Обед              | Компот из сухофруктов                                                             | 150       | 56,55395          | 0,43955                       | 0,02     | 14,50682  |          | 0,035     |
| 7.15/4/2/7.н080-2          | Подзник           | Каши пшеничная, молочная со слив, маслом/Каши гречневая молочная со слив. маслом  | 150       | 129,05345         | 3,92955                       | 4,76591  | 18,20864  |          |           |
| 7.023                      | Подзник           | Полутр. пшеничной                                                                 | 150       | 114,68045         | 7,49455                       | 4,79636  | 12,74091  |          |           |
| 7.308/6/7.015              | Подзник           | Печенье /Вафли                                                                    | 20        | 84,70484          | 2,13714                       | 1,06857  | 15,78198  |          |           |
| Итого в день:              |                   |                                                                                   |           |                   | 1270,64434                    | 56,92707 | 47,248305 | 155,8282 | 0,035     |

## 12 Вторник Дети

| Техническое описание корма | Время приема пищи | Назначение корма                                                                  | Вид корма | Время приема пищи | Энергетическая ценность, ккал | Белки    | Жиры     | Углеводы  | Витамин С |
|----------------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|-------------------------------|----------|----------|-----------|-----------|
| 7.031                      | 10 ч              | Сок                                                                               | 100       | 49,68             | 0,6                           | 0,12     | 12,12    |           |           |
| 7.357/2                    | Завтрак           | Батон, мясо, сыр                                                                  | 40/6/9    | 151,54029         | 5,27435                       | 8,37355  | 21,44795 |           |           |
| 7.12/10/7.11/10            | Завтрак           | Чай с молоком/Чай с лимоном                                                       | 200       | 60,21             | 1,316                         | 1,408    | 11,2205  |           |           |
| 7.0038/6                   | Завтрак           | Омлет картофельный                                                                | 120       | 158,7726          | 9,4489                        | 12,092   | 3,03085  |           |           |
| 7.375/7.017/7.4/1/         |                   | С салат курица консервированная/Зеленый горошек/Салат из брокколи капуста         | 20-30/60  | 27,0774           | 0,72145                       | 0,131    | 5,7271   |           |           |
| 7.22/1                     | Обед              | капусты с курицей, луком и раст. маслом/Салат из огур. свежесы с морской капустой | 25        | 55,61325          | 2,033                         | 0,24075  | 13,40175 |           |           |
| 7.051                      | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                    | 20        | 199,65114         | 10,2345                       | 11,9183  | 15,15005 |           |           |
| 7.258/3/7.н137             | Обед              | Свекольник с мясом со сметаной/Щи с мясом (кура) со сметаной                      | 150       | 144,97341         | 3,0337                        | 3,99728  | 22,10081 |           |           |
| 7.64с/7.н151-2             | Обед              | Картофельное пюре/Макаронные изделия                                              | 150       | 139,64185         | 14,32306                      | 5,90139  | 4,2822   |           |           |
| 7.67/1                     | Обед              | Рыба запеченная в молочном соусе                                                  | 80        | 73,12073          | 0,5855                        | 0,0264   | 18,73415 |           | 0,05      |
| 7.115/1                    | Обед              | Компот из сухофруктов                                                             | 200       | 56,55395          | 0,43955                       | 0,02     | 14,50682 |           |           |
| 7.003                      | Обед              | Хлеб ржаной                                                                       | 35        |                   |                               |          |          |           |           |
| 7.044                      | Обед              | С. соль                                                                           |           |                   |                               |          |          |           |           |
| 7.15/4/7.н080              | Подзник           | Каши пшеничная, молочная со слив. маслом/Каши гречневая молочная со слив. маслом  | 200       | 153,7416          | 4,5891                        | 5,8189   | 21,46175 |           |           |
| 7.308/6/7.015              | Подзник           | Печенье/Вафли                                                                     | 20        | 85,96684          | 2,16898                       | 1,08449  | 16,01711 |           |           |
| 7.023-2                    | Подзник           | Полутр. пшеничной                                                                 | 180       | 139,77315         | 9,1356                        | 5,8468   | 15,5305  |           |           |
| Итого в день:              |                   |                                                                                   |           |                   | 1488,22501                    | 65,42764 | 57,31996 | 192,66007 | 0,05      |

## 12 Вторник Сотрудники

| Техническое описание корма | Время приема пищи | Назначение корма                                             | Вид корма | Время приема пищи | Энергетическая ценность, ккал | Белки    | Жиры     | Углеводы | Витамин С |
|----------------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------|-----------|-------------------|-------------------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 7.003                      | Обед              | Хлеб ржаной                                                  | 30        | 48,46275          | 1,9635                        | 0,357    | 12,43555 |          |           |
| 7.115/1                    | Обед              | Компот из сухофруктов                                        | 200       | 73,12073          | 0,5855                        | 0,0264   | 18,73415 |          | 0,05      |
| 7.64с/7.н151-2             | Обед              | Картофельное пюре/Макаронные изделия                         | 150       | 144,97341         | 3,0337                        | 3,99728  | 22,10081 |          |           |
| 7.67/1                     | Обед              | Рыба запеченная в молочном соусе                             | 80        | 139,64185         | 14,32306                      | 5,90139  | 4,2822   |          |           |
| 7.258/3/7.н137             | Обед              | Свекольник с мясом со сметаной/Щи с мясом (кура) со сметаной | 200       | 199,65114         | 10,2345                       | 11,9183  | 15,15005 |          |           |
| Итого в день:              |                   |                                                              |           |                   | 605,84988                     | 30,14026 | 22,20037 | 72,70276 | 0,05      |



Утверждено:  
Заместитель Н.В. Дюков  
детский сад № 12  
Катерина Н.В.

13 Среда Ясли

| Техническая карта     | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                                    | Вход в группу | Занятия    | Выход из группы |
|-----------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|------------|-----------------|
| 7.031/2/              | 10 ч              | Сок фруктовый // Фрукт                                                                                                                                | 130           | 0,1        | 10,1            |
| 7.174/2/7.184/2       | Полдник           | Каши молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным // Каши молочная ассорти (рис, гречка) с маслом сливочным                                    | 150           | 5,085      | 19,41           |
| 7.357/6               | Завтрак           | Ватоп с маслом, сыром                                                                                                                                 | 35,87         | 7,7905     | 21,36           |
| 7.285                 | Завтрак           | Какао с маслом 150гр                                                                                                                                  | 150           | 2,407      | 12,8075         |
| 7.333/7.191/2/7.221/2 | Обед              | Салат из помидор и огурцов с зеленым // Салат из морской капусты и моркови и салат из свеклы // Салат из отвар свеклы и морской капусты с раст маслом | 45/40         | 1,0555     | 1,6785          |
| 7.043/6-2/7.13/6-2    | Обед              | Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной // Борщ вегетарианский со сметаной                                                                  | 150           | 2,7345     | 5,7775          |
| 7.043/6-2/7.13/6-2    | Обед              | Макаронные изделия // Картофельное пюре                                                                                                               | 130           | 2,7465     | 27,287          |
| 7.249/7.358/1         | Обед              | Печень говяжья по-строгановски // Сухаре из печени                                                                                                    | 60/70         | 92,8/18,21 | 12,2/11,01      |
| 7.202/1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                           | 30            | 40,725     | 1,65            |
| 7.050/7.184/1         | Обед              | Хлеб пшеничный // Хлеб Солянышко                                                                                                                      | 20            | 41,58      | 1,52            |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                                                                  | 150           | 53,34255   | 0,2345          |
| 7.410/2/7.151/5       | Обед              | Компот из крупы и яблок // Нанток из яблок                                                                                                            | 200/15        | 33,975     | 0,605           |
| 7.204                 | Полдник           | Чай с сахаром // Кефир                                                                                                                                | 150           | 33,01      | 0               |
| 7.351/4/7.075         | Полдник           | Запеканка овощная // Запеканка морковная                                                                                                              | 120/80        | 129/93,1   | 4,01/2,55       |
| 7.280/4.39/3          | Полдник           | Ватоп // Печенье                                                                                                                                      | 20            | 63         | 0,64            |
| 7.150/7.308/6         | Полдник           | Ватоп // Печенье                                                                                                                                      | 20            | 871,97101  | 19,787          |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                                                                       |               | 22,959     | 168,3665        |

13 Среда Дети

| Техническая карта  | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                                    | Вход в группу | Занятия     | Выход из группы |
|--------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------|-----------------|
| 7.031/2            | 10 ч              | Сок фруктовый // Фрукт                                                                                                                                | 120           | 0,10169     | 10,27119        |
| 7.175/1            | Завтрак           | Ватоп с маслом с сыром                                                                                                                                | 40/59         | 161,1122    | 6,12023         |
| 7.174/1/7.184      | Завтрак           | Каши молочная ассорти (рис, кукуруза) с маслом сливочным // Каши молочная ассорти (рис, гречка) с маслом сливочным                                    | 200           | 158,08      | 4,48            |
| 7.285              | Завтрак           | Какао с маслом                                                                                                                                        | 200           | 98,45369    | 3,12565         |
| 7.333/7.191/7.221  | Обед              | Салат из помидор и огурцов с зеленым // Салат из морской капусты и моркови и салат из свеклы // Салат из отвар свеклы и морской капусты с раст маслом | 60/60         | 24,23954    | 0,47458         |
| 7.043/6-2/7.13/6-2 | Обед              | Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной // Борщ вегетарианский со сметаной                                                                  | 200           | 52,38224    | 1,1879          |
| 7.249/7.358        | Обед              | Печень говяжья по-строгановски // Сухаре из печени                                                                                                    | 80            | 125,1154,16 | 16,716,6        |
| 7.043/6-2/7.13/6-2 | Обед              | Макаронные изделия // Картофельное пюре                                                                                                               | 150           | 167,51593   | 4,54785         |
| 7.410/7.151/5      | Обед              | Компот из крупы и яблок // Нанток из яблок                                                                                                            | 200           | 71,15364    | 0,31226         |
| 7.202-1            | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                           | 35            | 55,22014    | 2,23729         |
| 7.051/7.051/1      | Обед              | Хлеб пшеничный // Хлеб Солянышко                                                                                                                      | 25            | 63,42712    | 2,31864         |
| 7.044              | Обед              | Соль                                                                                                                                                  | 170/200       | 85,77966    | 4,76548         |
| 7.351/7.075-3      | Полдник           | Чай с сахаром // Кефир                                                                                                                                | 20            | 62,39193    | 1,55958         |
| 7.280/4.39/3       | Полдник           | Запеканка овощная // Запеканка морковная                                                                                                              | 200/100       | 213,2103,5  | 6,113,2         |
| 7.150/7.308/6      | Полдник           | Ватоп // Печенье                                                                                                                                      | 20            | 64,0678     | 0,65085         |
| Итого в день:      |                   |                                                                                                                                                       |               | 32,28878    | 34,15755        |

13 Среда Сотрудники

| Техническая карта  | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                   | Вход в группу | Занятия     | Выход из группы |
|--------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------|-------------|-----------------|
| 7.003              | Обед              | Хлеб ржаной 30 гр                                                                    | 30            | 48,46275    | 1,9635          |
| 7.044              | Обед              | Суп овощной на вегетарианском бульоне со сметаной // Борщ вегетарианский со сметаной | 200           | 52,38224    | 1,1879          |
| 7.043/6-2/7.13/6-2 | Обед              | Печень говяжья по-строгановски // Сухаре из печени                                   | 80            | 125,1154,16 | 16,716,6        |
| 7.249/7.358        | Обед              | Макаронные изделия 150гр // Картофельное пюре                                        | 150           | 167,51593   | 4,54785         |
| 7.410              | Обед              | Компот из крупы и яблок 200 гр                                                       | 200           | 71,15364    | 0,31226         |
| Итого в день:      |                   |                                                                                      |               | 339,51456   | 8,01151         |

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ-детский сад № 12  
Катасова Н.В.

14 Четверг. Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                      | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры     | углеводы | Выход в С |
|-----------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|----------|----------|-----------|
| 7.035/9               | 10 ч              | Сок                                                                                                     | 100             | 67,82                         | 0,084     | 18,312   |          |           |
| 7.067/17.11/10/2      | Завтрак           | Ватон с маслом слив                                                                                     | 35/5            | 197,4355                      | 3,175     | 18,695   |          |           |
| 7.842/17.11/4/2       | Завтрак           | Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным//Чай с лимоном                                            | 150             | 146,013                       | 2,112     | 12,877   |          |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                   | 150             | 52,0335                       | 0,3665    | 5,885    | 21,4605  |           |
| 7.333/17.20/14/7.143  | Обед              | Салат из помидоров и огурцов. зеленого//Салат из отв. свеклы с раст. маслом//Салат из свеклы с чесноком | 45//40          | 18,049,1                      | 0,55/0,62 | 1,2/3,55 | 2,324,75 |           |
| 7.050                 | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                          | 20              | 41,58                         | 1,52      | 0,18     | 10,02    |           |
| 7.118/6с-1/17.10/19   | Обед              | Суджик из мяса кур с рисом //Выпечка из куры                                                            | 60              | 192,74355                     | 12,3905   | 13,6925  | 5,0342   |           |
| 7.64с/17.10/4/7       | Обед              | Картофельное пюре//Пюре розовое                                                                         | 120//130        | 104,2                         | 2,4       | 3,2      | 17,6     |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                    |                 |                               |           |          |          |           |
| 7.18/23/17.20/2/3     | Обед              | Суп картофельный с макаронными изделиями//Суп-лапша на кур.бульоне                                      | 150             | 84,8745                       | 1,909     | 3,2925   | 13,727   |           |
| 7.002/1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                             | 30              | 40,725                        | 1,65      | 0,3      | 10,45    |           |
| 7.082                 | Полдник           | Фрукт                                                                                                   | 110/120         | 111,9255                      | 3,89333   | 4,79167  | 16,3233  |           |
| 7.812/17.5/12/1       | Полдник           | Снежок                                                                                                  | 150             | 172,605                       | 5,58833   | 3,98     | 29,45607 |           |
| 7.812/17.5/12/1       | Полдник           | Сладка обжаренная//Ватрушка с творогом                                                                  | 80/80           | 1194,95905                    | 40,18866  | 42,71267 | 187,2217 | 0,035     |

14 Четверг. Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                      | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры      | углеводы  | Выход в С |
|-----------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 7.035                 | 10 ч              | Сок                                                                                                     | 100             | 67,82705                      | 1,26      | 0,084     | 18,31198  |           |
| 7.067/17.11/10        | Завтрак           | Ватон с маслом                                                                                          | 40/5            | 118,92814                     | 3,10503   | 5,32503   | 21,36     |           |
| 7.842/17.11/4/1       | Завтрак           | Каши геркулесовая молочная с маслом сливочным//Каши пшеничная молочная с маслом сливочным               | 200             | 103,96708                     | 2,80345   | 2,81599   | 16,86593  |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                   | 200//180        | 170,05169                     | 5,26653   | 7,06226   | 25,7526   |           |
| 7.333/17.20/17.143    | Обед              | Салат из помидоров и огурцов. зеленого//Салат из отв. свеклы с раст. маслом//Салат из свеклы с чесноком | 200             | 59,51706                      | 2,17024   | 0,39459   | 13,74482  | 0,05      |
| 7.118/6с-1/17.10/19   | Обед              | Суджик из мяса кур с рисом //Выпечка из куры                                                            | 60              | 23,463,0                      | 0,66/0,83 | 1,6/4,45  | 2,91/6,33 |           |
| 7.64с/17.10/4/7       | Обед              | Картофельное пюре//Пюре розовое                                                                         | 80              | 266,92963                     | 16,52588  | 19,05921  | 7,30661   |           |
| 7.051                 | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                          | 150             | 130,6                         | 3         | 4,02      | 22,04     |           |
| 7.18/2/17.20/2/1      | Обед              | Суп картофельный с макаронными изделиями//Суп-лапша на кур.бульоне                                      | 25              | 52,26864                      | 1,9       | 0,22503   | 12,52503  |           |
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                             | 200             | 60,19273                      | 1,56294   | 1,07711   | 11,84365  |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                    | 35              | 57,33712                      | 2,31      | 0,42      | 14,63     |           |
| 7.082-2               | Полдник           | Фрукт                                                                                                   | 110/120         |                               |           |           |           |           |
| 7.812/2/17.5/12/1     | Полдник           | Снежок                                                                                                  | 180             | 136,73892                     | 4,75939   | 5,85772   | 19,95279  |           |
| 7.812/2/17.5/12/1     | Полдник           | Сладка обжаренная//Ватрушка с творогом                                                                  | 90/90           | 210,37738                     | 6,27056   | 3,72071   | 39,87812  |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                         | 1434,73544      | 50,93382                      | 50,06165  | 224,21153 | 0,05      |           |

14 Четверг. Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                 | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы | Выход в С |
|-----------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 7.002/1               | Обед              | Хлеб ржаной 30 гр.                                                 | 30              | 48,87                         | 1,98     | 0,36     | 12,54    |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                               |                 |                               |          |          |          |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов200гр.                                        | 200             | 67,104                        | 0,48875  | 0,02625  | 17,0825  | 0,05      |
| 7.118/6с-1/17.10/19   | Обед              | Суджик из мяса кур с рисом//Выпечка из куры                        | 80              | 167,6555                      | 18,96292 | 7,64208  | 6,78792  |           |
| 7.18/2/17.20/2/1      | Обед              | Суп картофельный с макаронными изделиями//Суп-лапша на кур.бульоне | 200             | 60,19273                      | 1,56294  | 1,07711  | 11,84365 |           |
| 7.64с/17.10/4/7       | Обед              | Картофельное пюре//Пюре розовое                                    | 150             | 130,6                         | 3        | 4,02     | 22,04    |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                    | 474,42223       | 25,99461                      | 13,12544 | 70,29407 | 0,05     |           |

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ -детский сад № 12  
Катаева Н.В.

15 Пятница Ясли

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                   | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | Белки      | Жиры      | Углеводы  | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|------------|-----------|-----------|-----------|
| 7.0253/1              | 10 ч              | Фрукт                                                                | 120             |                               |            |           |           |           |
| 7.357/6               | Завтрак           | Рис в молоке со слив. маслом                                         | 150             | 100,23                        | 3,27       | 4,11      | 10,815    |           |
| 7.354/4               | Завтрак           | Батон с маслом, сыром                                                | 35/8/7          | 153,92382                     | 4,42765    | 10,07     | 18,72588  |           |
| 7.0163/7.13/8         | Обед              | Чай с сахаром ..                                                     | 150             | 83,30741                      | 0          | 0         | 8,85471   |           |
| 7.83/2                | Обед              | Котлета из говядины//Выпечка рубленый паровой                        | 60/80           | 124,91259                     | 9,91/16,79 | 8,64/15,3 | 2,82/0,3  |           |
| 7.050/7.184/1         | Обед              | Капуста тушеная                                                      | 120             | 95,56                         | 3,06       | 4,07      | 15,23     |           |
| 7.044                 | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солиншко                                        | 20              | 41,58                         | 1,52       | 0,18      | 10,02     |           |
| 7.312/23              | Обед              | Суп крестьянский со сметаной                                         | 150             | 70,47                         | 1,33       | 3,79      | 8,126     |           |
| 7.002/1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                          | 30              | 40,725                        | 1,65       | 0,3       | 10,45     |           |
| 7.311/14              | Обед              | Салат из отварного картофеля с реп. луком, сол. огурцом раст. маслом | 45              | 46,11                         | 0,67       | 2,74133   | 5,126     |           |
| 7.110/7.248           | Обед              | Компот из кураги//Кисель из концентрата плодового или ягодного       | 150             | 56,475                        | 0,44       | 0         | 15,387    | 0,035     |
| 7.401/11              | Подзник           | Каша кукурузная молочная с маслом слив.                              | 150             | 113,92                        | 3,28571    | 3,96714   | 17,30714  |           |
| 7.308/6/7.015         | Подзник           | Ашдофлин                                                             | 150             | 67,5                          | 4,2        | 3,75      | 6         |           |
|                       | Подзник           | Печенье //Вафли                                                      | 20              | 82,44                         | 2,08       | 1,04      | 15,36     |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                      |                 | 902,24123                     | 25,93336   | 34,01847  | 141,40173 | 0,035     |

15 Пятница Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                   | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | Белки      | Жиры      | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|------------|-----------|----------|-----------|
| 7.175/1               | 10 ч              | Фрукт                                                                | 120             |                               |            |           |          |           |
| 7.0253/3              | Завтрак           | Батон с маслом с сыром                                               | 40/5/9          | 146,97154                     | 5,39472    | 7,65098   | 21,72837 |           |
| 7.354/4               | Завтрак           | Рис в молоке со слив. маслом                                         | 180             | 120,276                       | 3,924      | 4,932     | 12,96    |           |
| 7.31/1                | Обед              | Чай с сахаром                                                        | 200             | 44,343                        | 0          | 0         | 11,80636 |           |
| 7.83                  | Обед              | Салат из отварного картофеля с реп. луком, сол. огурцом раст. маслом | 60              | 62,134                        | 0,93254    | 3,67057   | 7,01484  |           |
| 7.051/7.051/1         | Обед              | Капуста тушеная                                                      | 150             | 102,44                        | 3,52       | 3,77      | 17,56    |           |
| 7.0163/7.13/8         | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солиншко                                        | 25              | 63,42712                      | 2,31864    | 0,27458   | 15,28475 |           |
| 7.110/7.248           | Обед              | Котлета из говядины//Выпечка рубленый паровой                        | 80              | 127,91229,1                   | 9,91/16,79 | 8,64/15,3 | 2,82/0,3 |           |
| 7.31/2                | Обед              | Компот из кураги//Кисель из концентрата плодового или ягодного       | 200             | 68,814                        | 0,4888     | 0         | 18,71141 | 0,05      |
| 7.003-1               | Обед              | Суп крестьянский со сметаной                                         | 200             | 89                            | 1,7        | 4,57      | 10,71    |           |
| 7.044                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                          | 35              | 55,22034                      | 2,23729    | 0,40678   | 14,16949 |           |
| 7.401/6               | Подзник           | Соль                                                                 | 180             | 0                             | 0          | 0         | 0        |           |
| 7.308/6 //7.015       | Подзник           | Каша кукурузная молочная с маслом слив.                              | 200             | 164,34154                     | 4,34743    | 6,79797   | 22,71718 |           |
|                       | Подзник           | Ашдофлин                                                             | 200             | 88,72984                      | 5,5209     | 4,92944   | 7,8871   |           |
|                       | Подзник           | Печенье //Вафли                                                      | 20              | 87,5469                       | 2,208875   | 1,10442   | 16,3115  |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                      |                 | 1093,24428                    | 32,593195  | 38,10674  | 176,861  | 0,05      |

15 Пятница Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                             | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | Белки      | Жиры      | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|------------|-----------|----------|-----------|
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                    | 35              | 55,22034                      | 2,23729    | 0,40678   | 14,16949 |           |
| 7.83                  | Обед              | Капуста тушеная                                                | 150             | 102,44                        | 3,52       | 3,77      | 17,56    |           |
| 7.110/7.248           | Обед              | Компот из кураги//Кисель из концентрата плодового или ягодного | 200             | 68,814                        | 0,4888     | 0         | 18,71141 | 0,05      |
| 7.0163/7.13/8         | Обед              | Котлета из говядины//Выпечка рубленый паровой                  | 80              | 127,91229,1                   | 9,91/16,79 | 8,64/15,3 | 2,82/0,3 |           |
| 7.31/2                | Обед              | Суп крестьянский со сметаной                                   | 200             | 89                            | 1,7        | 4,57      | 10,71    |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                           |                 | 0                             | 0          | 0         | 0        |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                |                 | 315,47434                     | 7,94609    | 8,74678   | 61,1509  | 0,05      |

16 Понедельник Ясли

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                                                                                                              | Выход в тарелках | Эквивалентная энергетическая ценность, ккал | Белки   | Жиры     | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|---------|----------|----------|-----------|
| 7.035/9               | 10 ч              | Фрукты                                                                                                                                        | 120              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.14/4/2              | Завтрак           | Батон с маслом слив                                                                                                                           | 35/5             | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.13/10/2             | Завтрак           | Каши ячневая молочноя с маслом сливочным                                                                                                      | 150              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.04/4                | Обед              | Корейский салат с морковью                                                                                                                    | 150              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.050                 | Обед              | Салат из овощей с кабачками                                                                                                                   | 20               | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.002/1               | Обед              | Суп гороховый со сметаной // Суп крестьянский с крупой                                                                                        | 130              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.0086-4 // 7.31/2/3  | Обед              | Суп гороховый со сметаной // Суп крестьянский с крупой                                                                                        | 150              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.31/1/4/7.32/1/4     | Обед              | Салат из отварного картофеля с печеным луком, соевым соусом, раст. маслом // Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит. маслом | 45               | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.0163 // 7.0104      | Обед              | Котлета из говядины // Терфен из говядины "Ежик"                                                                                              | 70/80            | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                         | 200              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.075                 | Подзник           | Кефир                                                                                                                                         | 150              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.0039-3              | Подзник           | Запеканка творожная                                                                                                                           | 120              | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| 7.004 // 7.015        | Подзник           | Супееное молоко // Повидло                                                                                                                    | 15/20            | 107,685                                     | 2,97294 | 5,1752   | 18,6952  |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                                                               | 1207,06475       | 49,81005                                    | 56,8379 | 142,8976 | 0,035    |           |

16 Понедельник Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                                                                                                              | Выход в тарелках | Эквивалентная энергетическая ценность, ккал | Белки    | Жиры      | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|
| 7.035                 | 10 ч              | Фрукты                                                                                                                                        | 120              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.14/4/1              | Завтрак           | Батон с маслом                                                                                                                                | 40/5             | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.13/10               | Завтрак           | Каши ячневая молочноя с маслом сливочным                                                                                                      | 180              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.04/4                | Обед              | Корейский салат с морковью                                                                                                                    | 200              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.0113/1 // 7.23/7    | Обед              | Салат из овощей с кабачками                                                                                                                   | 150              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.051                 | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                | 25               | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.0086-4 // 7.31/2    | Обед              | Суп гороховый со сметаной // Суп крестьянский с крупой                                                                                        | 200              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                   | 35               | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.31/1/7.32/1         | Обед              | Салат из отварного картофеля с печеным луком, соевым соусом, раст. маслом // Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растит. маслом | 60               | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.0163 // 7.0104      | Обед              | Котлета из говядины // Терфен из говядины "Ежик"                                                                                              | 80               | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                         | 200              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.0039-2              | Подзник           | Запеканка из творога                                                                                                                          | 140              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.075-3               | Подзник           | Кефир                                                                                                                                         | 180              | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| 7.351 // 7.015        | Подзник           | Супееное молоко // Повидло                                                                                                                    | 20               | 115,11608                                   | 2,99059  | 5,28043   | 20,56773 |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                                                               | 1439,45406       | 59,17449                                    | 62,90359 | 172,82424 | 0,05     |           |

16 Понедельник Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                       | Выход в тарелках | Эквивалентная энергетическая ценность, ккал | Белки    | Жиры     | Углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|--------------------------------------------------------|------------------|---------------------------------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                            | 35               | 48,87                                       | 1,98     | 0,36     | 12,54    |           |
| 7.04/4                | Обед              | Салат                                                  | 200              | 73,12073                                    | 0,5855   | 0,0264   | 18,73415 |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                  | 200              | 99,57838                                    | 3,09372  | 2,88107  | 15,78174 |           |
| 7.0086-4 // 7.31/2    | Обед              | Суп гороховый со сметаной // Суп крестьянский с крупой | 200              | 185,90298                                   | 15,18943 | 13,38561 | 1,35504  |           |
| 7.0113/1 // 7.23/7    | Обед              | Салат из овощей с кабачками                            | 80               | 103,06726                                   | 2,18818  | 4,96463  | 14,18744 |           |
| 7.0163 // 7.0104      | Обед              | Котлета из говядины // Терфен из говядины "Ежик"       | 80               | 510,53935                                   | 23,93683 | 21,61771 | 62,57837 |           |
| Итого в день:         |                   |                                                        |                  |                                             |          |          |          | 0,05      |

Утверждено:  
Заведующий С/Б/О  
Катасова Н.В.



17 Вторник Ясли

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                                    | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы  | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|-----------|-----------|
| 7.031/3               | 10 ч              | Сок                                                                                                                                                   | 120             | 49,58846                      | 0,59829  | 0,11966  | 12,08547  |           |
| 7.357/6               | Завтрак           | Батон с маслом и сыром                                                                                                                                | 40/6/9          | 146,97154                     | 5,39472  | 7,65098  | 21,72837  |           |
| 7.131/02              | Завтрак           | Кофейный напиток с молоком                                                                                                                            | 200             | 89,34811                      | 2,61551  | 2,61886  | 13,82508  |           |
| 7.403/8.3             | Завтрак           | Омлет натуральный                                                                                                                                     | 120             | 159,64236                     | 9,4096   | 12,13734 | 3,04935   |           |
| 7.411/2 // 7.109/2    | Обед              | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растит. маслом // Салат из моркови с изюмом // Салат из отварной свеклы и моркови с растит. маслом | 40//45//40      | 7,09714                       | 0,57429  | 0,035    | 1,16571   |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                                                                  | 0               | 0                             | 0        | 0        | 0         |           |
| 7.4190-1с             | Обед              | 1 улит из мяса кури                                                                                                                                   | 80              | 102,43929                     | 15,935   | 3,16     | 3,14286   |           |
| 7.050                 | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                        | 20              | 41,58                         | 1,52     | 0,18     | 10,02     |           |
| 7.302/3               | Обед              | Уха рыбацкая                                                                                                                                          | 150             | 97,35493                      | 8,37571  | 3,765    | 8,27643   |           |
| 7.407/6/1             | Обед              | Каша рисовая с гречневая                                                                                                                              | 120             | 122,05                        | 3,68333  | 3,84     | 26,66889  |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                                 | 200             | 56,55395                      | 0,43955  | 0,02     | 14,50682  | 0,05      |
| 7.002                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                           | 25              | 40,725                        | 1,65     | 0,3      | 10,45     |           |
| 7.270/1/5             | Полдник           | Пирожок                                                                                                                                               | 150             | 44,201741                     | 1,10609  | 1,30565  | 8,60174   |           |
| 7.206с/1              | Полдник           | Пирожок с капустой                                                                                                                                    | 60              | 202,33                        | 6,27     | 6,72     | 30,485    |           |
| 7.354                 | Полдник           | Чай с сахаром                                                                                                                                         |                 | 33,25725                      | 0        | 0        | 8,855     |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                                                                       |                 | 1170,509991                   | 55,28996 | 43,03907 | 166,52587 | 0,05      |

17 Вторник Дети

| Технологическая карта     | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                                                                    | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы  | Витамин С |
|---------------------------|-------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|-----------|-----------|
| 7.031/3                   | 10 ч              | Сок                                                                                                                                                   | 120             | 49,53846                      | 0,59829  | 0,11966  | 12,08547  |           |
| 7.357/2                   | Завтрак           | Батон с маслом и сыром                                                                                                                                | 40/6/9          | 146,97154                     | 5,39472  | 7,65098  | 21,72837  |           |
| 7.131/0                   | Завтрак           | Кофейный напиток с молоком                                                                                                                            | 200             | 89,34811                      | 2,61551  | 2,61886  | 13,82508  |           |
| 7.403/8.6                 | Завтрак           | Омлет натуральный                                                                                                                                     | 120             | 159,64236                     | 9,4096   | 12,13734 | 3,04935   |           |
| 7.044                     | Обед              | Соль                                                                                                                                                  | 0               | 0                             | 0        | 0        | 0         |           |
| 7.4190-1с                 | Обед              | 1 улит из мяса кури                                                                                                                                   | 100             | 126,36862                     | 19,75085 | 4,17376  | 3,2247    |           |
| 7.30/2                    | Обед              | Уха рыбацкая                                                                                                                                          | 200             | 128,773                       | 10,87265 | 5,02957  | 11,03692  |           |
| 7.41 // 7.109/1 // 7.21/1 | Обед              | Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растит. маслом // Салат из моркови с изюмом // Салат из отварной свеклы и моркови с растит. маслом | 60              | 7,42154                       | 0,60077  | 0,03632  | 1,21949   |           |
| 7.407/6/1                 | Обед              | Каша рисовая с гречневая                                                                                                                              | 150             | 118,4075                      | 18,88244 | 3,81989  | 2,86767   |           |
| 7.115/1                   | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                                                                 | 200             | 73,12073                      | 0,5855   | 0,0264   | 18,73415  | 0,05      |
| 7.051                     | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                                                                                        | 25              | 52,26864                      | 1,9      | 0,22503  | 12,52503  |           |
| 7.003-1                   | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                                                                           | 35              | 57,33712                      | 2,31     | 0,42     | 14,63     |           |
| 7.270/1/5                 | Полдник           | Виноград                                                                                                                                              | 150             | 58,2802                       | 1,47081  | 1,7364   | 11,397    |           |
| 7.206с/1                  | Полдник           | Пирожок с капустой                                                                                                                                    | 80              | 222,17                        | 6,64     | 7,31     | 33,69     |           |
| 7.354                     | Полдник           | Чай с сахаром                                                                                                                                         | 200             | 44,59353                      | 0        | 0        | 11,80633  |           |
| Итого в день:             |                   |                                                                                                                                                       |                 | 1334,24135                    | 81,03114 | 45,30421 | 171,81956 | 0,05      |

17 Вторник Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда       | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|--------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 7.002/1               | Обед              | Хлеб ржаной              | 30              | 48,87                         | 1,98     | 0,36     | 12,54    |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов    | 200             | 73,12073                      | 0,5855   | 0,0264   | 18,73415 | 0,05      |
| 7.407/6/1             | Обед              | Каша рисовая с гречневая | 150             | 118,4075                      | 18,88244 | 3,81989  | 2,86767  |           |
| 7.4190-1с             | Обед              | 1 улит из мяса кури      | 100             | 126,36862                     | 19,75085 | 4,17376  | 3,2247   |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                     | 0               | 0                             | 0        | 0        | 0        |           |
| 7.30/2                | Обед              | Уха рыбацкая             | 200             | 128,773                       | 10,87265 | 5,02957  | 11,03692 |           |
| Итого в день:         |                   |                          |                 | 495,53985                     | 52,07144 | 13,40962 | 48,40344 | 0,05      |

Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ-детский сад № 12  
Катаева Н.В.



18 Среда Ясли

| Технологическая карта     | Время приема пищи | Назначение блюда                                                             | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы  | Витамин С |
|---------------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|-----------|-----------|
| 7.031/3                   | 10 ч              | Сок                                                                          | 20              | 49,68                         | 0,6      | 0,12     | 12,12     |           |
| 7.17/5                    | Завтрак           | Пудинг из творога                                                            | 100             | 236,0028                      | 12,48333 | 15,09733 | 12,718    |           |
| 7.285                     | Завтрак           | Какао с молоком                                                              | 150             | 202,23389                     | 2,407    | 12,8075  |           |           |
| 7.004 // 7.015            | Полдник           | Стушеное молоко/ Повидло                                                     | 15//20          | 14,72478                      | 1,11824  | 1,32     | 8,69647   |           |
| 7.357/6                   | Завтрак           | Батон с маслом и сыром                                                       | 35/87           | 153,92582                     | 4,42765  | 10,07    | 18,72588  |           |
| 7.002                     | Обед              | Хлеб ржаной                                                                  | 25              | 40,725                        | 1,65     | 0,3      | 10,45     |           |
| 7.078 // 7.115/1          | Обед              | Компот из изюма //Компот из сухофруктов                                      | 150             | 64,512                        | 0,16913  | 0        | 17,46826  | 0,035     |
| 7.020                     | Обед              | Сокс молочный (в закуске картофельной)                                       | 20              | 17,44282                      | 0,48273  | 1,08091  | 1,38636   |           |
| 7.044                     | Обед              | Соль                                                                         |                 | 0                             | 0        | 0        | 0         |           |
| 7.333 // 7.251/2 // 7.20/ | Обед              | Салат из помидор и огурцов с зеленью // Салат из отварной свеклы с изюмом // | 40/45           | 23,53453                      | 0,85842  | 1,25947  | 3,80632   |           |
| 7.050/7.18/1              | Обед              | Салат из отварной свеклы с растительным маслом                               |                 | 41,58                         | 1,52     | 0,18     | 10,02     |           |
| 7.086-4//7.5/2/3          | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солиншко                                                | 20              | 80,2197                       | 3,0745   | 2,689    | 11,9235   |           |
| 7.36/8/3//7.070           | Обед              | Суп гороховый со сметаной //Свекольник со сметаной                           | 180             | 229,84624                     | 12,10235 | 12,71353 | 18,22235  |           |
| 7.11/4/2 //7.17/4/2       | Полдник           | Запекалка картофельная, фаршир отварным мясом // Жаркое по домашнему         | 150             | 179,11089                     | 5,91737  | 6,00947  | 25,22474  |           |
| 7.075                     | Полдник           | Каша пшеница молочная со сливочным маслом // Каша молочная ассорти           | 150             | 75,474                        | 4,1935   | 4,7925   | 6,14      |           |
| 7.308/6 // 7.015          | Полдник           | Кефир                                                                        | 20              | 82,44                         | 2,08     | 1,04     | 15,36     |           |
|                           | Полдник           | Печенье // Вафли                                                             |                 |                               |          |          |           |           |
| Итого в день:             |                   |                                                                              |                 | 1346,73851                    | 50,07722 | 58,95921 | 172,94938 | 0,035     |

18 Среда Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                                             | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры     | углеводы  | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|----------|-----------|-----------|
| 7.031/3               | 10 ч              | Сок                                                                          | 120             | 50,11579                      | 0,60526   | 0,12105  | 12,22632  |           |
| 7.17/5/2              | Завтрак           | Пудинг из творога                                                            | 120             | 314,47313                     | 16,17358  | 20,1758  | 16,54058  |           |
| 7.351 // 7.015        | Полдник           | Стушеное молоко/ Повидло                                                     | 20              | 62,39193                      | 1,55958   | 1,84118  | 12,12992  |           |
| 7.285                 | Завтрак           | Какао с молоком                                                              | 200             | 98,45369                      | 3,12565   | 3,20282  | 15,87399  |           |
| 7.357/2               | Завтрак           | Батон с маслом и сыром                                                       | 40/6/9          | 146,97154                     | 5,39472   | 7,65098  | 21,72837  |           |
| 7.078 // 7.115/1      | Обед              | Компот из изюма //Компот из сухофруктов                                      | 200             | 67,923                        | 0,16919   | 0        | 18,37655  | 0,05      |
| 7.020                 | Обед              | Сокс молочный (в закуске картофельной)                                       |                 | 20,62                         | 0,6       | 1,25     | 1,73      |           |
| 7.333//7.25/1         | Обед              | Салат из помидор и огурцов с зеленью // Салат из отварной свеклы с изюмом // | 60              | 29,43984                      | 1,02757   | 1,65393  | 4,51393   |           |
| 7.051//7.051/1        | Обед              | Салат из отварной свеклы с растительным маслом                               |                 | 63,42712                      | 2,31864   | 0,27458  | 15,28475  |           |
| 7.36/8/2 //7.070      | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солиншко                                                | 180/230         | 426,16628                     | 25,54757  | 26,86044 | 22,0514   |           |
| 7.086-7//7.5/2        | Обед              | Запекалка картофельная, фаршир отварным мясом// Жаркое по домашнему          | 200             | 101,02432                     | 4,01429   | 3,01891  | 15,80462  |           |
| 7.003-1               | Обед              | Суп гороховый со сметаной//Свекольник со сметаной                            | 35              | 57,33712                      | 2,31      | 0,42     | 14,63     |           |
| 7.044                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                                  |                 | 0                             | 0         | 0        | 0         |           |
| 7.11/4/1 //7.17/4     | Полдник           | Каша пшеница молочная со сливочным маслом // Каша молочная ассорти           | 200             | 199,91902                     | 6,40121   | 6,35187  | 29,16383  |           |
| 7.075-3               | Полдник           | (рис,сухурук) с маслом слив.                                                 | 180             | 85,77966                      | 4,76548   | 5,44627  | 6,97808   |           |
| 7.308/6 // 7.015      | Полдник           | Кефир                                                                        | 20              | 87,5469                       | 2,208875  | 1,10442  | 16,3115   |           |
|                       | Полдник           | Печенье // Вафли                                                             |                 |                               |           |          |           |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                              |                 | 1761,47355                    | 75,616355 | 79,2512  | 211,11692 | 0,05      |

18 Среда Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Назначение блюда                                                   | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|--------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                        | 35              | 48,87                         | 1,98     | 0,36     | 12,54    |           |
| 7.36/8/2 //7.070      | Обед              | Запекалка картофельная,фаршир отварным мясом// Жаркое по домашнему | 180/230         | 426,16628                     | 25,54757 | 26,86044 | 22,0514  |           |
| 7.020                 | Обед              | Сокс молочный (в закуске картофельной)                             | 20              | 20,62                         | 0,6      | 1,25     | 1,73     |           |
| 7.086-7//7.5/2        | Обед              | Суп гороховый со сметаной//Свекольник со сметаной                  | 200             | 101,02432                     | 4,01429  | 3,01891  | 15,80462 |           |
| 7.078 // 7.115/1      | Обед              | Компот из изюма //Компот из сухофруктов                            | 200             | 67,923                        | 0,16919  | 0        | 18,37655 | 0,05      |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                               |                 | 0                             | 0        | 0        | 0        |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                    |                 | 664,6036                      | 32,31105 | 31,48935 | 70,50257 |           |

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ -детский сад № 12  
Катаева Н.В.



Утверждаю:

Заведующий МБДОУ-детский сад № 12  
Катаева Н.В.

19 четверг Ясли

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры      | углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|
|                       | 10 ч              | Фрукт                                                                             | 120             |                               |          |           |          |           |
| 7.03/5/9              | Завтрак           | Битон с маслом слив                                                               | 33/5            | 107,685                       | 2,72     | 5,175     | 18,695   |           |
| 7.13/10/2             | Завтрак           | Кофейный напиток с молоком                                                        | 150             | 96,4445                       | 0,03778  | 0,00389   | 6,82778  |           |
| 7.5/4/2               | Завтрак           | Каша манная молочная с маслом слив.                                               | 150             | 139,69                        | 3,96     | 4,32      | 21,62    |           |
| 7.050                 | Обед              | Хлеб пшеничный                                                                    | 20              | 41,58                         | 1,52     | 0,18      | 10,02    |           |
| 7.10/16/2             | Обед              | Рыба с овощами в омлете                                                           | 150             | 223,176                       | 20,777   | 10,888    | 4,6333   |           |
| 7.32/1/4              | Обед              | Салат из отварного картофеля с зел. горошком и растит. маслом                     | 45              | 80,373                        | 2,0644   | 5         | 6,97556  |           |
| 7.7/10/2 // 7.115/1   | Обед              | Компот из сухофруктов и шиповника //Компот из сухофруктов                         | 150             | 56,475                        | 0,44     | 0         | 15,387   | 0,035     |
| 7.002                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                                       | 25              | 40,725                        | 1,65     | 0,3       | 10,45    |           |
| 7.1145-4              | Обед              | Щи с курой со сметаной //Борщ с мясом (кура) со сметаной/Суп геркулесовый с курой | 150             | 145,21179                     | 8,84     | 9,48286   | 7,4      |           |
| //7.139с/2//7.55с/3   | Обед              | Соль                                                                              |                 | 0                             | 0        | 0         | 0        |           |
| 7.044                 | Подлник           | Запеканка морковная (вариант 2)                                                   | 80              | 129,05345                     | 3,92955  | 4,76591   | 18,20864 |           |
| 4.39/3                | Подлник           | Стушеное молоко                                                                   | 15              | 44,48                         | 1,11     | 1,31      | 8,66     |           |
| 7.35/4/1              | Подлник           | Чай с сахаром                                                                     | 150             | 33,35                         | 2,08     | 1,04      | 15,36    |           |
| 7.015 // 7.308/6      | Подлник           | Варил // Печенье                                                                  | 20              | 63                            | 0,64     | 0,56      | 16,18    |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                   | 1130,94374      | 49,76873                      | 43,02566 | 160,41728 | 0,035    |           |

19 Четверг Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                            | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры      | углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|---------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|-----------|----------|-----------|
|                       | 10 ч              | Фрукт                                                         | 120             |                               |          |           |          |           |
| 7.5/4                 | Завтрак           | Каша манная молочная с маслом слив.                           | 200             | 177,61                        | 5,22     | 5,45      | 28,43    |           |
| 7.13/10               | Завтрак           | Кофейный напиток с молоком                                    | 200             | 35,76767                      | 0,04721  | 0,00488   | 9,33062  |           |
| 7.035                 | Завтрак           | Битон с маслом                                                | 40/5            | 118,92814                     | 3,10503  | 5,32503   | 21,36    |           |
| 7.051                 | Обед              | Хлеб пшеничный                                                | 25              | 52,26864                      | 1,9      | 0,22503   | 12,52503 |           |
| 7.10/16/1             | Обед              | Рыба с овощами в омлете                                       | 180             | 227,88                        | 18,13    | 13,09     | 5,217    |           |
| 7.32/1                | Обед              | Салат из отварного картофеля с зел. горошком и растит. маслом | 60              | 82,25                         | 2,1      | 4,37      | 9,11     |           |
| 7.7/10 // 7.115/1     | Обед              | Компот из сухофруктов и шиповника //Компот из сухофруктов     | 200             | 68,814                        | 0,4888   | 0         | 18,71141 | 0,05      |
| 7.137//7.139с//55с/5  | Обед              | Щи с курой со сметаной //Борщ с мясом (кура) со сметаной      | 200             | 192,36108                     | 11,80259 | 12,93093  | 8,61009  |           |
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                   | 35              | 57,33712                      | 2,31     | 0,42      | 14,63    |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                          |                 | 0                             | 0        | 0         | 0        |           |
| 4.39/3                | Подлник           | Запеканка морковная (вариант 2)                               | 100             | 97,188                        | 3,005    | 4,929     | 15,6711  |           |
| 7.015 // 7.308/6      | Подлник           | Варил // Печенье                                              | 20              | 83,84                         | 2,11     | 1,06      | 15,62    |           |
| 7.004                 | Подлник           | Стушеное молоко                                               | 180             | 61,31                         | 1,53     | 1,81      | 11,92    |           |
| 7.351                 | Подлник           | Чай с сахаром                                                 | 200             | 64,0678                       | 0,65085  | 0,56949   | 6,45424  |           |
| Итого в день:         |                   |                                                               | 1319,62245      | 52,39948                      | 50,18436 | 177,58949 | 0,05     |           |

19 Четверг Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                        | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|-----------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|----------|-----------|
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                               | 30              | 48,87                         | 1,98     | 0,36     | 12,54    |           |
| 7.10/16/1             | Обед              | Рыба с овощами в омлете                                   | 180             | 227,88                        | 18,13    | 13,09    | 5,217    |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                      |                 | 0                             | 0        | 0        | 0        |           |
| 7.137 // 7.139с       | Обед              | Щи с курой со сметаной //Борщ с мясом (кура) со сметаной  | 200             | 192,36108                     | 11,80259 | 12,93093 | 8,61009  |           |
| 7.7/10 // 7.115/1     | Обед              | Компот из сухофруктов и шиповника //Компот из сухофруктов | 200             | 68,814                        | 0,4888   | 0        | 18,71141 | 0,05      |
| Итого в день:         |                   |                                                           |                 | 537,92508                     | 32,40139 | 26,38093 | 45,0785  | 0,05      |

20 Питания Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                   | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры      | углеводы   | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|------------|-----------|
| 7.357/6               | Завтрак           | Сок                                                                                                  | 100             | 100                           | 0         | 0         | 0          | 0         |
| 7.132 // 7.19/4/2     | Завтрак           | Макаронные изделия в молоке с маслом // Каша молочная ассорти (пшеничная, кукурузная) с маслом слив. | 35/8/7          | 135/92/82                     | 4,42/65   | 10,07     | 18,72/588  |           |
| 7.354/1 // 7.14/10/2  | Завтрак           | Чай с сахаром // Какао с молоком                                                                     | 150             | 70,72/041                     | 2,44/235  | 3,53/941  | 7,95/118   |           |
| 7.29/1/2 // 7.28/1/4  | Обед              | Салат из отвар картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом                                 | 40//45          | 79,27/02                      | 1,502     | 7,804     | 3,475/33   |           |
| 7.55с-1               | Обед              | Суп геркулесовый на мясном бульоне (на воде)                                                         | 150             | 54,81/193                     | 1,393/57  | 2,304/29  | 8,615/71   |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                | 150             | 52,03/35                      | 0,366/5   | 0,02      | 13,266     | 0,035     |
| 7.124/3               | Обед              | Голубцы ленивые в молочной соусе                                                                     | 180             | 95,4                          | 2,117/86  | 4,327/14  | 13,426/43  |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                 | 0               | 0                             | 0         | 0         | 0          |           |
| 7.050//7.184/1        | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солянышко                                                                       | 20              | 41,58                         | 1,52      | 0,18      | 10,02      |           |
| 7.002                 | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                          | 25              | 40,725                        | 1,65      | 0,3       | 10,45      |           |
| 7.612/2//7.103/4      | Полдник           | Фрукт                                                                                                | 110/120         | 253,166/79                    | 7,415/71  | 5,369/29  | 45,046/43  |           |
| 7.075                 | Полдник           | Ватрушка со сметаной//Малиник                                                                        | 90//100         | 75,570/35                     | 4,198/24  | 4,797/65  | 6,147/06   |           |
|                       |                   | Кефир                                                                                                | 150             | 950,509/41                    | 27,033/88 | 38,711/78 | 145,978/73 |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                      |                 |                               |           |           |            |           |

20 Питания Дети

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                                                                                   | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки     | жиры      | углеводы   | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|-----------|-----------|------------|-----------|
| 7.357/2               | Завтрак           | Сок                                                                                                  | 100             | 100                           | 0         | 0         | 0          | 0         |
| 7.354/6 // 7.14/10    | Завтрак           | Батон с маслом и сыром                                                                               | 40/6/9          | 146,97/154                    | 5,394/72  | 7,650/98  | 21,728/37  |           |
| 7.115/1               | Обед              | Чай с сахаром // Какао с молоком                                                                     | 180//200        | 44,34/3                       | 0         | 0         | 11,806/36  |           |
| 7.132/2 // 7.19/4     | Завтрак           | Макаронные изделия в молоке с маслом // Каша молочная ассорти (пшеничная, кукурузная) с маслом слив. | 200/200         | 121,288/91                    | 4,462/64  | 5,799/67  | 14,069/67  |           |
| 7.55с-1               | Обед              | Суп геркулесовый на мясном бульоне (на воде)                                                         | 200             | 70,354/44                     | 1,846/6   | 2,778/96  | 11,518/87  |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                                                                                | 200             | 59,517/06                     | 2,170/24  | 0,394/59  | 13,744/82  | 0,05      |
| 7.124/3               | Обед              | Голубцы ленивые в молочной соусе                                                                     | 230             | 114,378/28                    | 2,682/74  | 4,715/09  | 17,239/53  |           |
| 7.051//7.051/1        | Обед              | Хлеб пшеничный//Хлеб Солянышко                                                                       | 25              | 63,427/12                     | 2,318/64  | 0,274/58  | 15,284/75  |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                                                                                 | 0               | 0                             | 0         | 0         | 0          |           |
| 7.91/1 // 7.28/1      | Обед              | Салат из отвар картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом                                 | 60              | 108,897/61                    | 2,407/43  | 9,660/27  | 7,579/12   |           |
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                                                                          | 35              | 57,337/12                     | 2,31      | 0,42      | 14,63      |           |
| 7.612/2//7.103/4      | Полдник           | Фрукт                                                                                                | 110/120         | 284,062/25                    | 8,234/91  | 6,032/64  | 50,622/92  |           |
| 7.075-3               | Полдник           | Ватрушка со сметаной//Малиник                                                                        | 90/100          | 90,851/29                     | 5,047/31  | 5,7684    | 7,390/76   |           |
|                       |                   | Кефир                                                                                                | 180             | 1161,428/62                   | 36,875/23 | 43,495/18 | 185,615/17 |           |
| Итого в день:         |                   |                                                                                                      |                 |                               |           |           |            |           |

20 Питания Сотрудники

| Технологическая карта | Время приема пищи | Наименование блюда                           | Выход в граммах | Энергетическая ценность, ккал | белки    | жиры     | углеводы  | Витамин С |
|-----------------------|-------------------|----------------------------------------------|-----------------|-------------------------------|----------|----------|-----------|-----------|
| 7.003-1               | Обед              | Хлеб ржаной                                  | 35              | 48,87                         | 1,98     | 0,36     | 12,54     |           |
| 7.044                 | Обед              | Соль                                         | 0               | 0                             | 0        | 0        | 0         |           |
| 7.115/1               | Обед              | Компот из сухофруктов                        | 200             | 59,517/06                     | 2,170/24 | 0,394/59 | 13,744/82 | 0,05      |
| 7.55с-1               | Обед              | Суп геркулесовый на мясном бульоне (на воде) | 200             | 70,354/44                     | 1,846/6  | 2,778/96 | 11,518/87 |           |
| 7.124/3               | Обед              | Голубцы ленивые в молочной соусе             | 230             | 114,378/28                    | 2,682/74 | 4,715/09 | 17,239/53 |           |
| Итого в день:         |                   |                                              |                 |                               |          |          |           |           |

Утверждено:  
Заведующий МБДОУ - детский сад № 12  
Катаева Н.В.