

Утверждено: приказом от 10.03.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 45

Асатова Г.Р.

1. Понедельник Ясли

Технологическая карта	Время приема	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.035/10	Завтрак	Батон с маслом	35/6	127	2,7	6	18,7	
7.11/4/2		Каша пшениная молочная с маслом сливочным	150	121,4	3,2	4,3	14,4	
7.13/10/2	Обед	Кофейный напиток с молоком	150	85,9	2,1	2,1	12,9	
7.165-1/2		Рассольник "Ленинградский" со сметаной	150	76	1,5	2,6	10,5	
7.002/1		Хлеб ржаной	30	54,3	2	0,36	12,5	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.050		Хлеб пшеничный	20	46,2	1,5	0,2	10	
7.115/1	Полдник	Компот из сухофруктов	150	57,8	0,4	0	13,3	0,035
7.н163/7		Котлета мясная (говядина+филе индейки)	70	146,2	14,3	0,3	2,5	
7.64с/1		Картофельное пюре	130	123,2	2,6	3,3	19	
7.275/2	Итого в день:	Икра кабачковая	30	47,3	0,8	3,5	3,7	
7.8.12/1//7.118р		Слоба обыкновенная //Плюшка с маком	80	281	7	5	45	
7.075//7.363		Кефир // Ряженка	150	126	4	9	6	
			1379,3	43,1	36,86	187,5		

1. Понедельник Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок// Фрукт	190	87	1	0,2	19	
7.11/4	Завтрак	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	200	154,8	4	5,7	17,8	
7.13/10		Кофейный напиток с молоком	200	115,9	2,8	2,8	16,9	
7.035	Обед	Батон с маслом	40/5	131	3	5,3	21,2	
7.003-1		Хлеб ржаной	35	59	2	0,4	13	
7.051		Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.115/1		Компот из сухофруктов	200	67	0,5	0	17	0,05
7.64с		Картофельное пюре	150	125,4	2,6	3,4	19	
7.н163/9	Итого в день:	Котлета мясная (говядина+филе индейки)	90	189	18,4	9,4	3,3	
7.044/2		Соль	3	0	0	0	0	
7.165-1/2		Рассольник "Ленинградский" со сметаной	200	101,3	2	3,5	14	
7.275/2		Икра кабачковая	30	45,2	0,7	3,3	3,5	
7.075-5//7.363-1	Итого в день:	Кефир//Ряженка	170	96	5	5	7	
7.8.12/2//7.118р		Слоба обыкновенная//Плюшка с маком	90	316	8	6	51	
			1546,6	52	45,2	215,7		

Утверждено приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ летний сад № 45
 ЛЕГКОДЯТОВА Д.Р.

2. Вторник Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.034	Завтрак	Батон, Масло, сыр.	35/5/6	141	4	1	19	
7.067		Кофейный напиток с молоком	200	46	1	1	8	
7.н027//7.15/4/2	Обед	Каша мол. ассорти греча+геркулес // Каша пшеничная мол.с маслом слив.	150	147	4	6	18	
7.013//7.32/1/2		Салат овощной с зел.горошком//Салат из отв.картофеля с зел.горошком и раст.маслом	40	64	1	4	4	
7.254/1		Борщ с мясом со сметаной без зелени	150	72	2	4	6	
7.н016/6		Рыба с овощами в омлете	150	193	14	11	4	
7.050		Хлеб пшеничный	20	71	3	0,2	15	0,035
7.7/10/2	Полдник	Компот из сухофруктов и шиповника	150	60	0,3	0	15	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.002/1		Хлеб ржаной	30	63,4	2,3	0,4	15	
7.039/1		Запеканка из творога	110	300	14	19	16	
7.185/5/7.262		Повидло//Сгушенка	10	34	0	0	10	
7.363-3		Ряженка	160	126	4	10	6	
Итого в день:				1404,4	50,6	62,8	155	

2 Вторник Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.175/1	Завтрак	Батон,масло,сыр	40/5/9	151	5	8	21	
7.067		Кофейный напиток с молоком	180	89	3	3	14	
7.н027//15/4/1	Обед	Каша мол. ассорти греча+геркулес // Каша пшеничная мол. с маслом слив.	200	192	6	7	24	
7.013//7.32/1		Салат овощной с зел.горошком//Салат из отв.картофеля с зел.горошком и раст.маслом	60	81	2	4	7	
7.254/1		Борщ с мясом со сметаной без зелени	200	96	3	5	8	
7.н016/8		Рыба с овощами в омлете	200	307	26	14	5	
7.7/10		Компот из сухофруктов и шиповника	200	80	0,4	0	19	0,05
7.051	Полдник	Хлеб пшеничный	25	64	2	0,2	14	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.003/1		Хлеб ржаной	35	74	3	0,5	17	
7.185/5//262		Повидло//Сгушенка	10	35	1	1	6	
7.н039-3		Запеканка из творога	120	328	15	20	12	
7.363-5		Ряженка	180	135	5	10	6	
Итого в день:				1719	72,4	72,9	172	

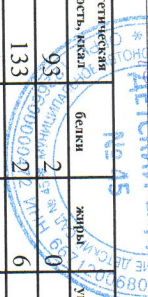
3 Среда Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.035/7	Завтрак	Батон, масло, повидло	40/7/10	133	7	6	21	
7.43-2/4		Макаронные изделия отварные с сыром 150 гр	150	229	7	6	33	
7.285		Какао с молоком	150	87	2	2	13	
7.375/2		Консерв.кукуруза	45	71	0,5	5	4	
7.н086-4	Обед	Суп гороховый со сметаной	150	89	3	3	12	
7.243//36/8/3		Голубцы ленивые в молочном соусе//Запеканка картофельная фаршированная мясом	180	251	11	11	22	
7.248		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	28	0	0	7	0,035
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.002/1	Полдник	Хлеб ржаной	30	58	0,3	0	13	
7.050		Хлеб пшеничный	20	46	1,5	0,2	10	
7.8/4/3		Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	120	126	4	5	17	
7.298	Полдник	Печенье	25	92	2	1	15	
7.082		Снежок	150	124	4	5	16	
Итого в день:				1334	39,3	44,2	206	0,035

3 Среда Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.43-2/3/1	Завтрак	Макаронные изделия отварные с сыром	180	239	7	7	32	
7.285		Какао с молоком	200	113	3	3	16	
7.035/7		Батон с маслом, повидло	40/7/10	183	3	7	31	
7.375/1		Консерв.кукуруза	60	124	1	8	9	
7.н086-7	Обед	Суп гороховый со сметаной	200	103	4	3	15	
7.н243/1//7.36/8/2		Голубцы ленивые в молочном соусе//Запеканка картофельная фаршированная мясом	200	301	14	13	27	
7.003/1		Хлеб ржаной	35	63	2	0,4	14,5	
7.248		Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	29	0	0	7	0,05
7.051	Полдник	Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.8/4/1		Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом	150	158	4	6	21	
7.298	Полдник	Печенье	25	95	2	1	16	
7.286		Снежок	170	142	4	5	18	
Итого в день:				1496	45	50,6	203,5	0,05

УТВЕРЖДЕНО-приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ детский сад № 45
 ДЕТСКИЙ САД № 45
 С.А.Саватова Т.Р.



4. Четверг Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.175/2	Завтрак	Пудинг из творога	120	375	14	20	26	
7.035/9		Батон, масло	35/5	119	2,7	5,1	18,7	
7.262		Слушное молоко	10	34	0	0	10	
7.111/0/2		Чай с лимоном	150	29	0	0	7	
7.013		Салат овощной с зел. горошком	45	32,9	0,7	1	5	
7.137		Щи с мясом со сметаной	150	93	4	5	5	
7.471/21/7.9/7		Рыба, тушеная с овощами//Биточки(котлеты) рыбные	80	126	10	7	4	
7.453/2	Обед	Каша рисовая рассыпчатая	130	156	3,3	3,6	26,4	
7.050		Хлеб пшеничный	20	71	3	0,2	15	
7.115/1		Компот из сухофруктов	150	62	0,3	0	15	0,035
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.003/1		Хлеб ржаной	35	63,4	2,3	0,4	15	
4.393/77.н.280	Полдник	Запеканка морковная (вариант 2)//Запеканка овощная	80//100	288	18	18	17	
7.346		Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4	
7.015/1		Вафли	25	70	0,6	0,6	16	
7.270/1/5		Биойогурт	150	169	4	4	29	
Итого в день:				1658,9	60,95	61,85	212,1	0,035

4 Четверг Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.035	Завтрак	Батон, масло	40/5	131	3	5,3	21,1	
7.175/1		Пудинг из творога	150	468	18	25	32	
7.004		Слушное молоко	15	49	1	1	8	
7.111/10		Чай с лимоном	200	39	0	0	9	
7.051		Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.471/1//7.9/7	Обед	Рыба, тушеная с овощами//Биточки(котлеты) рыбные	100/80	160	13	8	5	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.137		Щи с мясом со сметаной	200	110	5	6	7	
7.45/3		Каша рисовая рассыпчатая	150	180	3,8	4	30,5	
7.003		Хлеб ржаной	40	68	2	0,4	16	
7.115/1		Компот из сухофруктов	200	79	0	0	18	0,05
7.013		Салат овощной с зел. горошком	60	50,7	1	2	6,9	
7.015/1		Вафли	25	82	0,7	0,7	19	
4.393/3//7.280	Полдник	Запеканка морковная (вариант 2)//Запеканка овощная	100//150	361	23	22	21	
7.346		Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4	
7.270/1/6		Биойогурт	160	194	5	5	32	
Итого в день:				1640,3	59,85	54,15	267,9	0,05

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ Детский сад № 45
Асатова Г.Р.



5 Питание Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.352	Завтрак	Батон с маслом, сыром	35/5/9	141	5	7	19	
7.131/0/2		Кофейный напиток с молоком	150	70	2	2	11	
7.144/4/2		Каша ячневая молочнаяс масл.слив.	150	166	4	4	25	
7.050		Хлеб пшеничный	20	46	2	0	10	
7.301/12//	Обед	Салат из отв. картоф. морк. с реп.луком, сол.отрубом,растит.маслом//Салат овощной раст.маслом//Салат из помидор и огурцов с зеленью	45	33	1	1	5	
7.291/12//7.130/4		Напиток из брусники//Напиток из клюквы	//45//40	49	0,1	0	11	0,035
7.151/5/3//7.151/5		Хлеб ржаной	150	54	2	0	13	
7.002/1		Суп-лапша на курином бульоне	30	75	1	3	10	
7.20/2/2		Биточки из куриы//Суфле из кур	150	151	9	9	5	
7.н019//7.053		Свежая в сметанном соусе//Рагу из овощей	60	85	2	3	14	
7.н113/1//7.н180/3		Соль	120	0	0	0	0	
7.044/2		Биокефир	2	84	4	5	6	
7.403/7		Манник	150	249	6	9	32	
7.103/5		Фрукт (апельсин)	50	51	0,4	0,3	11	
Итого в день:			120	1341	37,5	43,3	172	

5 Питание Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.175/1	Завтрак	Батон с маслом, сыром	40/5/9	151	5	8	21	
7.131/10		Кофейный напиток с молоком	200	89	3	3	14	
7.144/4/1	Обед	Каша ячневая молочнаяс масл.слив.	180	222	6	6	33	
7.301/1//		Салат из отварного картофеля,моркови с реп.луком, сол.отрубом, растит.маслом // Салат овощной раст.масл.//Салат из помидор и огурцов с	60//55	62	1	2	9	0,05
7.291/1//7.333/3		Напиток из брусники//Напиток из клюквы	200	65	0,1	0	15	
7.151/5/4//7.151/5		Суп-лапша на курином бульоне	200	85	2	3	11	
7.20/2		Биточки из куриы//Суфле из кур	80	179	11	11	4	
7.н019//7.053		Свежая в сметанном соусе//Рагу из овощей	150	111	2	4	17	
7.н113/1//7.н180/3		Хлеб пшеничный	20	59	2	0,2	13	
7.050		Хлеб ржаной	35	64	2	0,4	15	
7.003-1		Соль	0	0	0	0	0	
7.044/2		Биокефир	170	96	5	5	7	
7.403/9	Манник	50	231	6	7	32		
7.103/5	Фрукт (Апельсин)	120	34	0,7	0,2	9		
Итого в день:			120	1448	45,8	49,8	10,4	

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ детский сад № 45
Асимова Г.Р.



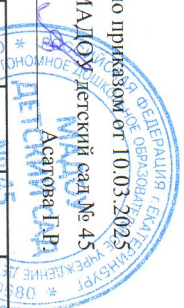
6 Понедельник Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.14/4/2/7.11/4/2	Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом сливочным//Каша пшеничная молочная	150	134	4	0,2	22	
7.13/10/2		Кофейный напиток с молоком	150	72	2	5	11	
7.035/9		Батон с маслом слив	35/5	108	3	2	19	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46	2	0	10	
7.271/2/3		Суп-пюре из разных овощей	150	67	2	3	7	
7.044/2		Соль		0	0	0	0	
7.002/1		Хлеб ржаной	30	41	2	0,3	10	
7.143/5//7.29/2/1	Обед	Салат из отварной свеклы с чесноком с раст.маслом//Салат из бел.капусты с огурцами	45	30	0,6	2	3	
7.1151-1		Макаронные изделия отварные	130	142	3	3	24	
7.27/8/1/7.163/7		Кнедли мясные паровые//Котлета мясная	70	161	17	8	3	0,035
7.115/1	Полдник	Компот из сухофруктов	150	54	0	0	15	
7.13/5		Запеканка из творога с морковью	100	287	12	20	15	
7.346		Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4	
7.403/7	Полдник	Биокефир	150	96	5	4	7	
7.262		Сгущенное молоко	10	45	1	1	9	
Итого в день:			1255	1161,6	36,95	44,65	181,4	0,035

6 Понедельник Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.14/4/1/7.11/4/1	Завтрак	Каша ячневая молочная с маслом слив.//Каша молочная пшеничная	180	144	4	1	22	
7.13/10		Кофейный напиток с молоком	200	89	3	3	14	
7.035		Батон с маслом	40/5	115	3	5	21	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	54	2	0	13	
7.27/2		Суп-пюре из разных овощей	200	84	2	4	9	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.143/5//7.29/2		Салат из отварной свеклы с чесноком с растит.маслом//Салат из бел.капусты с огурцами	60	41	1	3	3	
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	53	2	0	13	
7.1151-1		Макаронные изделия отварные	150	160	4	3	26	
7.27/8//7.163/9		Кнедли мясные паровые//Котлета мясная	80//90	190	19	9	3	0,05
7.115/1	Полдник	Компот из сухофруктов	200	71	0	0	19	
7.13/5/2		Запеканка из творога с морковью	120	344	14	24	17,5	
7.346		Яблоко	100	39,6	0,35	0,35	10,4	
7.403/10	Полдник	Биокефир	170	96	5	5	7	
7.262		Сгущенное молоко	10	62	2	2	12	
Итого в день:			1452	1542,6	61,35	59,35	189,9	0,05

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ детский сад № 45
Асатова Г.Р.



утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МАДОУ Детский сад № 45



7 Вторник Ясли

Технологическая карта	Время приема	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	№ 45	углеводы	Витамин С	
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19			
7.034		Батон с маслом, сыром	35/5/6	129	4	7	19			
7.131/0/2	Завтрак	Кофейный напиток с молоком	150	72	2	2	11			
7.н038/6		Омлет натуральный	120	175	9	12	3			
7.017/3/4.1/1		Зеленый горошек//Консервир.кукуруза	30	40	1	4	4			
7.64с/1		Картофельное пюре	130	174	3	6	4			
7.н190-4с		Гуляш из мяса куры	70	137	14	12	3			
7.002/1		Хлеб ржаной	30	41	2	0,3	10			
7.044/2	Обед	Соль	0	0	0	0	0			
7.050		Хлеб пшеничный	20	46	2	0	10			
7.115/1		Компот из сухофруктов.	150	52	0,4	0	13	0,035		
7.001/1/7.31/1/2		Салат из капусты и моркови с раст. маслом //Салат из отв.картофеля,моркови, реп.лукка и сол.отрупом с раст.масл.	45//45	32	1	2	4			
7.н145		Щи со сметаной	150	51	1,3	2	6			
7.6/12/9//7.6/12	Полдник	Булочка дорожная//Ватрушка со сметаной	50/60	153/256	04//6	3//9	27//31			
7.082		Снежок	150	124	4	5	16			
			Итого в день:							0,035

7 Вторник Дети

Технологическая карта	Время приема	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С		
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19			
7.357/2		Батон с маслом, сыром	40/6/9	156	5	8	22			
7.017//4.1/1	Завтрак	Зеленый горошек//Консервир.кукуруза	30	30	1	1	11			
7.131/0		Кофейный напиток с молоком	200	57	1	1	11			
7.н038/5		Омлет натуральный	150	200	11	14	6			
7.001//7.31/1		Салат из капусты и моркови с растит. маслом. //Салат из отв.картофеля,моркови,реп.лукка и сол.отрупом с раст.маслом	60	40	1	3	4			
7.64с		Картофельное пюре	150	214	4	5	34			
7.н190-5с	Обед	Гуляш из мяса куры	90	135	17	5	3			
7.051		Хлеб пшеничный	25	62	2	0	13			
7.н145		Щи со сметаной	200	68	2	3	8			
7.115/1		Компот из сухофруктов.	200	75	0,5	0	18	0,05		
7.003-1		Хлеб ржаной	35	58	2	0,4	13			
7.044/2		Соль	0	0	0	0				
7.6/12/9//7.6/12	Полдник	Булочка дорожная//Ватрушка со сметаной	50//60	154//256	4//6	3//9	27//31			
7.286		Снежок	170	142	4	5	18			
			Итого в день:							0,05

8 Среда Ягли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0,00004	0	23
7.н132	Завтрак	Макаронные изделия в молоке со сл.маслом	150	107	4	4	11	
7.035/8		Батон с повидлом (джемом)	35/15	120	3	1	28	
7.354		Чай с сахаром	150	37	0	0	9	
7.248		Кисель из концентрата плодового или ягодного	150	28	0	0	7	0,035
7.258/6	Обед	Свекольник с мясом со сметаной	150	121	5	6	10	
7.7/7		Запеканка рыбная с морковью	150	180	17	3	12	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.002/1		Хлеб ржаной	30	54	2	0,3	13	
7.31/1/4//7.32/1/4//		Салат из отвар. картофеля с реп.луком, солен огурцом, раст.маслом//Салат из отвар. картофеля зел.горошком и салат.маслом//Салат из помидор и огурцов с зеленью	45	55	0,7	2	6	
7.333		Хлеб пшеничный	20	46,2	1,5	0,2	10	
7.050		Пряник	30	122	2	1	27	
7.209/1	Полдник	Ряженка	150	124	4	5	16	
7.363-2		Каша пшеничная мол. с маслом слив.//Каша пшеничная молочная с масл.сл.	120	138	4	5	16	
7.15/4/3//7.11/4/2		Итого в день:	1132,2	43,2	27,5	165	0,035	

8 Среда Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.223/1	10 ч	Банан	150	93	2	0	23	
7.н132	Завтрак	Макаронные изделия в молоке со сл.маслом	200	146	5	6	15	
7.354		Чай с сахаром	200	50	0	0	12	
7.035/11		Батон с повидлом (джемом)	40/10	122	3	1	28	
7.248		Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	29	0	0	7	0,05
7.258/3	Обед	Свекольник с мясом со сметаной	200	171	6	9	14	
7.051		Хлеб пшеничный	25	59	2	0,2	13	
7.044/2		Соль	2	0	0	0	0	
7.31/1//7.32/1//7.333		Салат из отвар. картофеля с реп.луком, соевым огурцом, раст.маслом//Салат из отвар. картофеля с зел.горошком и салат.маслом//Салат из помидор и огурцов с зеленью	60	84	1	4	10	
7.003-1		Хлеб ржаной	35	58	2	0,4	13	
7.7/7		Запеканка рыбная с морковью	200	240	23	4	16	
7.363-3	Полдник	Ряженка	170	151	5	6	20	
7.209/1		Пряник	30	138	2	1	30	
7.15/4/2//7.11/4/2		Каша пшеничная мол. с маслом слив.//Каша пшеничная молочная с масл.сл.	150	197	5	7	23	
		Итого в день:	1445	54	38,6	201	0,05	

Утверждено приказом от 10.03.2025
Заведующий МДОУ детский сад № 45
Асатов А. Р.



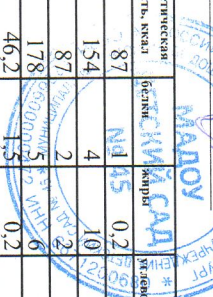
9 Четверг Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1,45	0,2	19	
7.034	Завтрак	Батон с маслом, сыром	35/5/6	154	4	10	19	
7.285		Какао с молоком	150	87	2	2	13	
7.5/4/4		Каша манная молочная с маслом слив.	150	178	5	6	21	
7.050	Обед	Хлеб пшеничный	20	46,2	1,5	0,2	10	
7.264/2		Суп крестьянский со сметаной	150	76	1	4	8	
7.7/10/2/7.115/1/7.15/15/3		Компот из сухофруктов и шиповника//Компот из сухофруктов//Напиток из брусники	150	58	0,2	0	16	0,035
7.н163/6	Полдник	Котлета мясная (говядина, филе индейки)	60	125	12	6	2	
7.10/3/2		Морковь тушеная	130	86	1	5	9	
7.002/1		Хлеб ржаной	30	63,4	2,3	0,4	15	
7.27/1/4	Полдник	Салат из отв. картофеля с кукурузой и реп.лука с раст.маслом	45	61	0,9	3	6,5	
7.044		Соль		0	0	0	0	
7.082		Снежок	150	124	4	5	16	
7.8/12/3/7.118р	Полдник	Сдоба обыкновенная//Плюшка с маком	70/60	215	5	5	32	
7.202		Фрукт (апельсин)	140	55	2	0,2	14	
Итого в день:				1033,6	33,9	31,6	139,5	

9 Четверг Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	граммах	ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.5/4	Завтрак	Каша манная молочная с маслом слив.	200	198	5	5	28	
7.285		Какао с молоком	200	113	3	3	16	
7.175/1		Батон, с маслом, сыром	40/5/9	164	5	8	21	
7.264	Обед	Суп крестьянский со сметаной	200	87	1	4	9	
7.050		Хлеб пшеничный	20	52	2	0,2	11	
7.10/3		Морковь тушеная	150	92	1	5	10	
7.7/10/7.115/1/7.15/15/4	Обед	Компот из сухофруктов и шиповника//Компот из сухофруктов//Напиток из брусники	200	76	0	0	20	0,05
7.н163/8		Котлета мясная (говядина, филе индейки)	80	179	17	9	3	
7.27/1		Салат из отв. картофеля с кукурузой и реп.лука с раст.маслом	60	77	1	3,6	8,3	
7.003-1	Полдник	Хлеб ржаной	35	57	2	0,4	13	
7.044		Соль		0	0	0	0	
7.8/12/1/7.118р		Сдоба обыкновенная//Плюшка с маком	80/90	325	7	8	48	
7.286	Полдник	Снежок	170	140	4	5	18	
7.202		Фрукт (апельсин)	140	55	2	0,2	14	
Итого в день:				1615	50	51,4	219,3	

Утверждено приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ детский сад № 45
 Асатова Г.Р.



УТВЕРЖДЕНА приказом от 10.03.2025
 Заведующий МАДОУ детский сад № 45
 Асатова Г.Р.

10 Пятница Ясли

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	45	1	0,2	19
7.285		Какао с Молоком	150	87	2	2	2	13
7.19/5/7.4039/1	Завтрак	Суфле творожное//Запеканка из творога	120	210	9	11	3	
7.035/9		Батон с маслом слив	35/5	101	13	6	19	
7.185/7.262		Повидло//Сухое молоко	15/10	34	0	0	10	
7.47с/7.037с		Суп-лапша с мясом со сметаной//Рассольник с мясом со сметаной	150	121	5	6	9	
7.044/2		Соль		0	0	0	0	
7.29/1/4		Салат из отварн. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом и раст. маслом	45	63	0,6	4	5	
7.002/1	Обед	Хлеб ржаной	30	54	2	0	12	
7.050		Хлеб пшеничный	20	46	1	0,2	10	
7.64с		Картофельное пюре (к гарнир к суфле из печени)	120	113	2	3	17	
7.35/8/7.82р/5		Суфле из печени//Запеканка картофельная с печенью	80//180	134	14	6	3	0,035
7.115/1		Компот из сухофруктов	150	58	0,4	0	13	
7.8/4/3		Каша геркулесовая молочная со слив. маслом	120	105	2,8	4,3	13	
7.346		Яблоко	100	39,6	0,3	0,35	10,4	
7.307	Полдник	Пряник	40	140	2	1	31	
7.270/1/6		Блиночурт	160	170	5	5	29	
Итого в день:			1178,6	1178,6	38,1	35,85	181,4	0,035

10 Пятница Дети

Технологическая карта	Время приема пищи	Наименование блюда	Выход в граммах	Энергетическая ценность, ккал	белки	жиры	углеводы	Витамин С
7.031/6	10 ч	Сок	190	87	1	0,2	19	
7.175/1	Завтрак	Батон с маслом с сыром	40/5/9	166	5	8	22	
7.19/5/7.4039	Завтрак	Суфле творожное//Запеканка из творога	150	420	14	18	11	
7.185/7.004		Повидло//Сухое молоко	20/15	49	1	1	8	
7.285	Завтрак	Какао с Молоком	200	113	3	3	16	
7.051	Обед	Хлеб пшеничный	25	58	2	0,2	13	
7.47с/7//7.037с	Обед	Суп-лапша с мясом со сметаной//Рассольник с мясом со сметаной	200	149	6	7	12	
7.044/2	Обед	Соль		0	0	0	0	
7.29/1		Салат из отварн. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом и раст. маслом	60	84	0,8	5	6,6	
7.64с	Обед	Картофельное пюре (к гарнир к суфле из печени)	150	145	3	4	22	
7.35/8/7.82р/4	Обед	Суфле из печени//Запеканка картофельная с печенью	80//200	155	15	7	4	0,05
7.115/1	Обед	Компот из сухофруктов	200	75	0	0	17	
7.003-1	Обед	Хлеб ржаной	35	64	2	0,4	15	
7.8/4/2	Полдник	Каша геркулесовая молочная со слив. маслом	150	151	4	6,4	18,2	
7.346		Фрукт	100	39,6	0,3	0,35	10,4	
7.307		Пряник	40	141	2	1	31	
7.270/1/8	Полдник	Блиночурт	180	95	5	5	7	
Итого в день:			1742,6	1742,6	59,1	62,35	197,2	0,05