



ИО заведующего ИОЗУ № 8 (Барвенко Е.Н.)

Меню на 16.04.2025

Наименование блюда	Выход		Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г (№ 8)		Энерг. ценность, ккал		№ рецептуры
	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	Ясли	Сад	
Завтрак 1											
Каша молочная овсяная	180	200	0,03	0,03	3,95	4,39	4,81	5,35	54,91	61,01	12
Кофейный напиток на молоке	180	200	0	0	0	0	4,49	4,99	17,96	19,95	10
Бутерброд с маслом	35	35	0,03	0,03	4,82	4,82	0,05	0,05	43,63	43,63	13
Каша гречневая с сахаром	0	150	0	0,02	0	2,95	0	3,6	0	40,96	22
Кофейный напиток	0	200	0	0	0	0	0	9,98	0	39,9	1
Итого за завтрак 1	395	785	0,06	0,09	8,77	12,16	9,35	23,96	116,5	205,46	
Завтрак 2											
Яблоко	150	200	0,6	0,8	0,6	0,8	14,82	19,76	66,56	88,75	140
Итого за завтрак 2	150	200	0,6	0,8	0,6	0,8	14,82	19,76	66,56	88,75	
Обед											
Икра морковная	40	60	0,5	0,75	1,78	2,67	2,69	4,03	29,23	43,85	38
Щи из свежей капусты на мясном бульоне со сметаной	180	200	0,79	0,88	3,62	4,02	5,33	5,92	57,14	63,49	18
Жаркое по - домашнему	180	200	10,07	11,18	11,34	12,6	20,28	22,54	224,13	249,03	17
Хлеб ржаной	30	40	1,98	2,64	0,42	0,56	17,73	23,64	79,35	105,8	2
Компот из яблок	180	200	3,49	3,88	3,49	3,88	8,04	8,93	31,22	34,69	4
Итого за обед	610	700	16,83	19,34	20,65	23,73	54,06	65,06	421,07	496,86	
Полдник											
Кефир	100	180	2,15	3,87	0,55	0,99	7,28	13,1	41,89	75,41	22
Булка	20	30	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Чай с сахаром	0	200	0	12	0	3,06	0	13	0	49,28	1
Итого за полдник	120	410	2,15	15,87	0,55	4,05	7,28	26,1	41,89	124,69	
Ужин 1											
Вареники ленивые	160	200	17,35	21,68	12,79	15,98	10,41	13,01	230,01	287,51	45
Соус сметанно-молочный	30	40	0,8	1,07	0,6	0,8	1	1,33	17,9	23,87	21
Пряник	30	30	1,89	1,89	0,63	0,63	22,68	22,68	103,8	103,8	
Чай с сахаром	180	200	10,8	12	2,75	3,06	11,7	13	44,35	49,28	1
Итого за ужин 1	400	470	30,84	36,64	16,77	20,47	45,79	50,02	396,06	464,46	
Рекомендованный ужин 2											
Итого за рекомендованный ужин 2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого день	1675	2565	50,48	72,74	47,34	61,22	131,3	184,9	1042,1	1380,2	

Исполнитель: ст. медсестра (Барвенко Е.Н.)