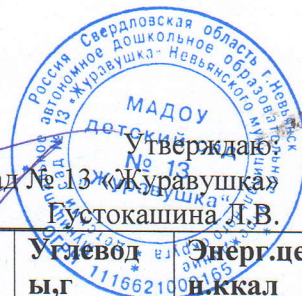


Меню (сад) 01.04.2025

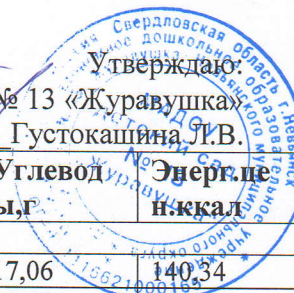
Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густокашина Л.В.



| Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы,г | Энерг.це н,ккал |
|-------------------------------------|-------------|-------------|------------|----------------|--------------------|
| Завтрак | | | | | |
| Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» | 150 | 5,22 | 6,92 | 19,69 | 162,07 |
| Бутерброд с повидлом | 24/22 | 1,87 | 0,15 | 25,76 | 111,81 |
| Какао с молоком | 190 | 3,33 | 3,31 | 11,36 | 89,25 |
| Второй завтрак | | | | | |
| Йогурт | 150 | 3,0 | 2,25 | 4,5 | 72,0 |
| Обед | | | | | |
| Салат из отварной свёклы с чесноком | 50 | 0,87 | 2,97 | 5,09 | 50,43 |
| Рассольник Ленинградский | 180 | 2,13 | 4,36 | 15,09 | 110,3 |
| Котлеты или биточки рыбные | 80 | 17,5 | 8,86 | 8,79 | 184,57 |
| Пюре картофельное | 130 | 3,53 | 5,90 | 24,78 | 166,80 |
| Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0 | 0 | 6,78 | 27,09 |
| Хлеб ржаной | 41 | 2,63 | 0,35 | 16,86 | 81,11 |
| Хлеб пшеничный | 26 | 1,9 | 0,2 | 12,6 | 59,7 |
| Уплотнённый полдник | | | | | |
| Фрукты свежие(яблоки) | 121 | 0,53 | 0,54 | 13,1 | 62,83 |
| Яйцо вареное | 40 | 12,7 | 11,5 | 0,7 | 157,0 |
| Шанежка наливная | 50 | 3,58 | 4,44 | 24,15 | 155,08 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,1 | 0 | 5,97 | 24,18 |

Меню (ясли) 01.04.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густокашина Л.В.



| Наименование блюда | Выход, г | Белки, г | Жиры, г | Углевод ы,г | Энерг.це н,ккал |
|-------------------------------------|-------------|-------------|------------|----------------|--------------------|
| Завтрак | | | | | |
| Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» | 130 | 4,52 | 5,97 | 17,06 | 140,34 |
| Бутерброд с повидлом | 24/11 | 1,82 | 0,15 | 18,72 | 83,47 |
| Какао с молоком | 170 | 2,94 | 2,93 | 9,4 | 76,37 |
| Второй завтрак | | | | | |
| Йогурт | 130 | 2,6 | 1,95 | 3,9 | 62,4 |
| Обед | | | | | |
| Салат из отварной свёклы с чесноком | 30 | 0,52 | 1,79 | 3,05 | 30,25 |
| Рассольник Ленинградский | 150 | 1,79 | 3,7 | 12,6 | 92,62 |
| Котлеты или биточки рыбные | 70 | 15,33 | 7,79 | 7,69 | 161,62 |
| Пюре картофельное | 110 | 2,99 | 5,01 | 20,98 | 141,18 |
| Компот из смеси сухофруктов | 160 | 0 | 0 | 5,81 | 23,22 |
| Хлеб ржаной | 32 | 2,06 | 0,27 | 13,15 | 63,31 |
| Хлеб пшеничный | 12 | 0,89 | 0,07 | 5,84 | 27,57 |
| Уплотнённый полдник | | | | | |
| Фрукты свежие(банан) | 98 | 2,04 | 0,68 | 28,54 | 130,47 |
| Яйцо вареное | 40 | 12,7 | 11,5 | 0,7 | 157,0 |
| Шанежка наливная | 50 | 3,58 | 4,44 | 24,15 | 155,08 |
| Хлеб ржаной | 20 | 1,3 | 0,2 | 8,5 | 40,8 |
| Чай с сахаром | 170 | 0,06 | 0 | 4,19 | 16,98 |