

Меню (сад)
03.04.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:
Густокашина Л.В.
Энерг.це
н.ккал

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	130	22,01	16,84	13,87	301,18
Молоко сгущенное	31	2,23	2,63	17,2	101,68
Бутерброд с маслом	32/7	2,41	5,8	15,64	124,3
Кофейный напиток с молоком	190	2,98	2,95	13,26	91,91
Второй завтрак					
Йогурт	150	3,0	2,25	4,5	72,0
Обед					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Борщ с капустой т картофелем	180	1,66	4,17	10,56	88,33
Птица в соусе с томатом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Каша гречневая рассыпчатая	120	6,73	5,45	30,45	197,4
Напиток из шиповника	180	0,59	0,24	14,92	75,52
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Суфле рыбное	70	14,71	7,8	2,12	137,34
Салат картофельный с зелёным горошком	60	1,74	3,73	9,53	78,78
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18
Хлеб пшеничный	15	1,11	0,09	7,3	34,45

Меню (ясли)
03.04.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:
Густокашина Л.В.
Энерг.це
н.ккал

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	100	16,94	12,97	10,82	232,28
Молоко сгущенное	15	1,08	1,28	8,33	49,2
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
Кофейный напиток с молоком	170	2,67	2,64	10,25	75,73
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,6	1,95	3,9	62,4
Обед					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	3,2	31,68
Борщ с капустой т картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Птица в соусе с томатом	60	16,55	19,66	1,77	250,87
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Напиток из шиповника	160	0,52	0,21	13,31	67,3
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Суфле рыбное	60	12,61	6,65	1,78	117,13
Салат картофельный с зелёным горошком	60	1,74	3,73	9,53	78,78
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87