

Меню (сад) 13.05.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг. це, ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	150	4,57	5,55	21,27	152,81
Бутерброд с маслом	32\7	2,41	5,8	15,64	124,3
Какао с молоком	190	3,25	2,67	11,44	83,72
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 и картофелем	180	1,66	4,17	10,56	88,33
Жаркое по-домашнему	200	17,19	33,59	41,35	537,28
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					
Омлет натуральный	85	0,94	7,43	1,49	76,77
Пряник	31	2,01	2,54	21,18	115,63
Хлеб пшеничный	15	1,11	0,09	7,3	34,45
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 13.05.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг. це, ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	130	3,97	4,79	18,44	132,34
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
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 капусты белокочанной	30	0,62	1,78	3,2	31,68
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Жаркое по-домашнему	160	13,74	26,87	33,04	429,67
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					
Омлет натуральный	65	0,73	5,73	1,14	58,97
Пряник	31	2,01	2,54	21,18	115,63
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98