

## Меню (сад) 09.06.2025

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

| Наименование блюда                    | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углевод<br>ы,г | Энерг.це<br>н.ккал |
|---------------------------------------|-------------|-------------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                        |             |             |            |                |                    |
| 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              |
| Чай с сахаром                         | 190         | 0,08        | 0          | 6,46           | 26,12              |
| <b>Второй завтрак</b>                 |             |             |            |                |                    |
| Сок                                   | 100         | 0,49        | 0,1        | 9,8            | 41,71              |
| <b>Обед</b>                           |             |             |            |                |                    |
| Щи из свежей капусты с картофелем     | 180         | 1,55        | 4,19       | 7,71           | 76,82              |
| Гренки из пшеничного хлеба            | 33          | 2,91        | 0,23       | 19,13          | 90,28              |
| Жаркое по-домашнему                   | 200         | 17,19       | 33,59      | 41,35          | 537,28             |
| Кисель из сока плодового или ягодного | 180         | 0,37        | 0,06       | 20,86          | 85,25              |
| Хлеб ржаной                           | 41          | 2,63        | 0,35       | 16,86          | 81,11              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>            |             |             |            |                |                    |
| Винегрет овощной                      | 140         | 2,42        | 8,49       | 15,4           | 148,74             |
| Пирожок с рисом и яйцом               | 60          | 4,32        | 3,66       | 31,64          | 176,5              |
| Хлеб ржаной                           | 20          | 1,3         | 0,2        | 8,5            | 40,8               |
| Чай с сахаром                         | 180         | 0,08        | 0          | 5,97           | 24,18              |

## Меню (ясли) 09.06.2025

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

| Наименование блюда                    | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углевод<br>ы,г | Энерг.це<br>н.ккал |
|---------------------------------------|-------------|-------------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                        |             |             |            |                |                    |
| 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             |
| Чай с сахаром                         | 170         | 0,06        | 0          | 4,19           | 16,98              |
| <b>Второй завтрак</b>                 |             |             |            |                |                    |
| Сок                                   | 100         | 0,49        | 0,1        | 9,8            | 41,71              |
| <b>Обед</b>                           |             |             |            |                |                    |
| Щи из свежей капусты с картофелем     | 150         | 1,31        | 3,55       | 6,44           | 64,74              |
| Гренки из пшеничного хлеба            | 30          | 2,65        | 0,21       | 17,39          | 82,08              |
| Жаркое по-домашнему                   | 160         | 13,74       | 26,87      | 33,04          | 429,67             |
| Кисель из сока плодового или ягодного | 170         | 0,34        | 0,05       | 19,76          | 80,66              |
| Хлеб ржаной                           | 32          | 2,06        | 0,27       | 13,15          | 63,31              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>            |             |             |            |                |                    |
| Винегрет овощной                      | 110         | 1,87        | 6,66       | 12,04          | 116,57             |
| Пирожок с рисом и яйцом               | 60          | 4,32        | 3,66       | 31,64          | 176,5              |
| Хлеб ржаной                           | 20          | 1,3         | 0,2        | 8,5            | 40,8               |
| Чай с сахаром                         | 170         | 0,06        | 0          | 4,19           | 16,98              |