

Меню (сад) 30.06.2025

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	150	4,57	5,55	21,27	152,81
Бутерброд с сыром	33/20	7,04	6,09	16,06	148,56
Чай с сахаром	190	0,08	0	6,46	26,12
Второй завтрак					
Сок	104	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Салат из капусты белокачанной	50	1,14	5,34	4,62	71,4
Борщ с капустой и картофелем	180	1,66	4,17	10,56	88,33
Оладьи из печени по-кунцевски	60	11,31	4,35	7,57	127,18
Макароны отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	30	0,47	2,83	1,06	38,36
Компот из яблок и ягод замороженных	180	0,12	0,06	8,83	37,02
Хлеб ржаной	41	2,76	0,37	17,68	85,07
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Салат из моркови	50	0,73	2,97	6,28	55,37
Сырники из творога запеченные	120	20,63	12,55	15,97	265,08
Соус молочный сладкий	24	0,64	1,38	3,84	30,27
Печенье	22	1,6	2,1	15,88	88,99
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 30.06.2025

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	130	3,97	4,79	18,44	132,34
Бутерброд с сыром	24/13	4,77	3,98	11,68	102,42
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Второй завтрак					
Сок	104	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Салат из капусты белокачанной	30	0,76	3,56	3,08	47,6
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Оладьи из печени по-кунцевски	50	9,42	3,64	6,3	105,99
Макароны отварные	90	3,33	3,27	21,23	127,76
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Компот из яблок и ягод замороженных	170	0,12	0,06	7,75	32,61
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Салат из моркови	30	0,44	1,78	3,77	33,22
Сырники из творога запеченные	80	13,92	8,44	11,16	180,17
Соус молочный сладкий	15	0,39	0,85	2,38	18,66
Печенье	11	0,83	1,08	8,18	45,87
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98