

Меню (ясли) 13.08.2025

И.о.заведующего МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Медовщикова Е.В.

Утверждаю:

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	130	4,52	5,97	17,06	140,34
Бутерброд с маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Какао с молоком	170	2,94	2,93	9,4	76,37
Второй завтрак					
Фрукты свежие(бананы)	101	2,1	0,7	29,39	134,37
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,47	1,79	2,5	27,99
Уха рыбацкая	150	6,39	3,05	11,64	99,54
Кнели из птицы с рисом	50	16,55	19,66	1,77	250,87
Капуста тушеная	100	5,61	4,51	25,34	164,11
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					
Винегрет овощной	110	1,87	6,66	12,04	116,57
Коржик молочный	60	3,6	7,45	38,85	236,61
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98

Меню (сад) 13.08.2025

И.о.заведующего МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Медовщикова Е.В.

Утверждаю:

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая	150	5,22	6,92	19,69	162,07
Бутерброд с маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Какао с молоком	190	3,33	3,31	11,36	89,25
Второй завтрак					
Фрукты свежие(яблоки)	121	0,53	0,53	13,1	62,83
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,78	2,97	4,16	46,67
Уха рыбацкая	180	7,68	3,66	13,97	119,54
Кнели из птицы с рисом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Капуста тушеная	130	6,73	5,45	30,45	197,40
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					
Винегрет овощной	140	2,42	8,49	15,4	148,74
Коржик молочный	60	3,6	7,45	38,85	236,61
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18