

Меню (ясли)

27.08.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густокашина Л.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					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
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)

27.08.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густокашина Л.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					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
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