

Меню (сад) 04.09.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг. цен.ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	130	22,01	16,84	13,87	301,18
Молоко сгущенное	27	2,16	2,55	16,65	98,4
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					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
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
Птица в соусе с томатом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Каша гречневая рассыпчатая	120	6,73	5,45	30,45	197,4
Напиток из шиповника	180	0,59	0,24	14,92	75,52
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Уплотнённый полдник					
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 пшеничный	15	1,11	0,09	7,3	34,45
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 04.09.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	100	16,94	12,97	10,82	232,28
Молоко сгущенное	15	1,0	1,28	8,33	49,2
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					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
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
Птица в соусе с томатом	60	16,55	19,66	1,77	250,87
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Напиток из шиповника	160	0,52	0,21	13,31	67,3
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Уплотнённый полдник					
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 пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98