

Меню (сад) 28.10.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.пе н,ккал
Завтрак					
Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,38	5,92	25,4	176,53
Бутерброд с повидлом	24/22	1,87	0,15	25,76	111,81
Кофейный напиток с молоком	190	2,98	2,95	13,22	91,71
Второй завтрак					
Фрукты свежие(яблоки)	121	0,53	0,53	13,1	62,83
Обед					
Икра кабачковая	60	1,04	2,98	5,34	52,82
Борщ с капустой и картофелем	180	1,66	4,17	10,56	88,33
Котлеты рыбные любительские	80	15,47	6,43	5,1	140,1
Каша рассыпчатая с овощами	120	2,76	2,67	27,73	146,22
Соус сметанный	30	0,47	2,83	1,06	38,36
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	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Рулет или запеканка картофельная с овощами	130	3,87	7,53	27,33	194,99
Соус томатный	30	0,38	2,43	2,29	32,68
Пряник	31	1,95	2,46	20,54	112,16
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 28.10.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.пен. ккал
Завтрак					
Каша пшеничная молочная жидкая	130	4,66	5,11	21,99	152,77
Бутерброд с повидлом	24/11	1,82	0,15	18,72	83,47
Кофейный напиток с молоком	170	2,67	2,64	10,25	75,73
Второй завтрак					
Фрукты свежие(банан)	98	2,04	0,68	28,54	130,47
Обед					
Икра кабачковая	40	0,62	1,78	3,2	31,68
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Котлеты рыбные любительские	70	13,54	5,63	4,45	122,59
Каша рассыпчатая с овощами	100	2,32	2,24	23,13	122,1
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Компот из смеси сухофруктов	170	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					
Рулет или запеканка картофельная с овощами	120	3,56	6,95	25,22	179,99
Соус томатный	20	0,25	1,61	1,54	21,79
Пряник	31	2,01	2,54	21,18	115,63
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,1	16,98