

Меню (ясли) 18.11.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша пшенная молочная жидкая	130	4,66	5,11	21,99	152,77
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Второй завтрак					
Фрукты свежие(банан)	105	2,18	0,72	30,55	139,69
Обед					
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Котлеты или биточки рыбные	70	15,33	7,86	7,69	162,34
Каша рассыпчатая с овощами	100	2,32	2,24	23,13	122,1
Соус сметанный	15	0,23	1,43	0,52	19,19
Кисель из ягод	160	0,15	0,03	15,91	65,98
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	0,6	0,79	5,99	33,63
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98

Меню (сад) 18.11.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша пшенная молочная жидкая	150	5,38	5,92	25,4	176,53
Бутерброд с маслом	32/7	2,41	5,8	15,64	124,3
Чай с сахаром	190	0,08	0	6,46	26,12
Второй завтрак					
Фрукты свежие(яблоки)	121	0,53	0,53	13,0	62,87
Обед					
Борщ с капустой и картофелем	180	1,66	4,17	10,56	88,33
Котлеты или биточки рыбные	80	17,5	8,86	8,79	184,57
Каша рассыпчатая с овощами	120	2,76	2,67	27,73	146,22
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Кисель из ягод	170	0,17	0,03	17,04	70,63
Хлеб ржаной	41	2,76	0,35	16,86	81,11
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	11	0,6	0,79	5,99	33,63
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18