

Меню (сад)
20.11.2025

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 рисовая молочная жидкая	150	3,76	5,46	21,87	151,93
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					
Йогурт	150	3,09	2,33	4,65	74,36
Обед					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Уха рыбацкая	180	7,68	3,66	13,97	119,54
Птица в соусе с томатом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Каша гречневая рассыпчатая	120	6,73	5,45	30,45	197,40
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	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли)
20.11.2025

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 рисовая молочная жидкая	130	3,27	4,72	18,97	131,57
Бутерброд с маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Какао с молоком	170	2,95	2,94	9,41	76,48
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,69	2,02	4,03	64,44
Обед					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	3,2	31,68
Уха рыбацкая	150	6,39	3,05	11,64	99,54
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
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