

Меню (сад)

11.12.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	130	22,01	16,84	13,88	301,18
Молоко сгущенное	30	2,16	2,55	16,65	98,4
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					
Сок	98	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Икра кабачковая (консервированная)	58	1,14	5,34	4,62	71,4
Гренки из пшеничного хлеба	33	2,91	0,23	19,13	90,28
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,55	4,19	7,71	76,82
Птица в соусе с томатом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	6,78	27,09
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	5,36	3,78	38,42	208,9
Хлеб пшеничный	15	1,11	0,09	7,3	34,45
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18

Меню (ясли)

11.12.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод, 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
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Второй завтрак					
Сок	98	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Икра кабачковая (консервированная)	40	0,76	3,56	3,08	47,6
Гренки из пшеничного хлеба	30	2,65	0,21	17,39	82,08
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,31	3,55	6,44	64,74
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	170	0	0	5,81	23,22
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	5,36	3,78	38,42	208,9
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98