

Меню (сад) 16.12.2025

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густокашина Л.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					
Салат из отварной свёклы	50	0,78	2,97	4,16	46,67
Суп крестьянский с крупой	180	1,93	4,24	11,13	92,31
Котлеты или биточки рыбные	80	17,5	8,86	8,79	184,57
Пюре картофельное	130	3,53	5,9	24,78	166,8
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					
Яйцо вареное	40	5,04	4,24	0,44	60,0
Шанежка наливная	50	3,59	4,51	24,17	156,08
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 16.12.2025

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густокашина Л.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)	110	2,5	0,82	35,08	160,39
Обед					
Салат из отварной свёклы	30	0,47	1,79	2,5	27,99
Суп крестьянский с крупой	150	1,62	3,59	9,29	77,63
Котлеты или биточки рыбные	70	15,33	7,86	7,69	162,34
Пюре картофельное	130	3,53	5,9	24,78	166,8
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					
Яйцо вареное	40	1,87	6,66	12,04	116,57
Шанежка наливная	50	3,58	4,44	24,15	155,08
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98