

## Меню (сад) 17.12.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»  
Тустокашина Л.В.

| Наименование блюда                   | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углевод<br>ы,г | Энерг.це<br>н.ккал |
|--------------------------------------|-------------|-------------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                       |             |             |            |                |                    |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150         | 4,36        | 5,83       | 14,48          | 128,03             |
| Бутерброд с сыром                    | 33/20       | 7,04        | 6,09       | 16,06          | 148,56             |
| Кофейный напиток с молоком           | 190         | 2,98        | 2,95       | 13,26          | 91,91              |
| <b>Второй завтрак</b>                |             |             |            |                |                    |
| Снежок                               | 150         | 4,52        | 1,5        | 6,02           | 60,24              |
| <b>Обед</b>                          |             |             |            |                |                    |
| Уха рыбацкая                         | 180         | 7,68        | 3,66       | 13,97          | 119,54             |
| Кнели из птицы с рисом               | 70          | 23,52       | 25,45      | 4,06           | 338,92             |
| Капуста тушеная                      | 130         | 4,39        | 4,98       | 16,63          | 131,64             |
| Компот из яблок и ягод замороженных  | 180         | 0,12        | 0,06       | 8,83           | 37,02              |
| Хлеб ржаной                          | 41          | 2,63        | 0,35       | 16,86          | 81,11              |
| Хлеб пшеничный                       | 26          | 1,92        | 0,16       | 12,66          | 59,72              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>           |             |             |            |                |                    |
| Винегрет овощной                     | 140         | 2,42        | 8,49       | 15,4           | 148,74             |
| Коржик молочный                      | 60          | 3,6         | 7,45       | 38,85          | 236,61             |
| Хлеб пшеничный                       | 15          | 1,11        | 0,09       | 7,3            | 34,45              |
| Чай с сахаром                        | 180         | 0,1         | 0          | 5,97           | 24,18              |

## Меню (ясли) 17.12.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»  
Тустокашина Л.В.

| Наименование блюда                   | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углевод<br>ы,г | Энерг.це<br>н.ккал |
|--------------------------------------|-------------|-------------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                       |             |             |            |                |                    |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 130         | 3,77        | 5,05       | 12,54          | 110,96             |
| Бутерброд с сыром                    | 24/13       | 4,77        | 3,98       | 11,68          | 102,42             |
| Кофейный напиток с молоком           | 170         | 2,67        | 2,64       | 10,25          | 75,73              |
| <b>Второй завтрак</b>                |             |             |            |                |                    |
| Снежок                               | 130         | 3,92        | 1,31       | 5,22           | 52,19              |
| <b>Обед</b>                          |             |             |            |                |                    |
| Уха рыбацкая                         | 150         | 6,39        | 3,05       | 11,64          | 99,54              |
| Кнели из птицы с рисом               | 50          | 16,79       | 18,12      | 2,83           | 241,14             |
| Капуста тушеная                      | 100         | 3,39        | 3,8        | 12,77          | 100,86             |
| Компот из яблок и ягод замороженных  | 170         | 0,12        | 0,06       | 7,75           | 32,61              |
| Хлеб ржаной                          | 32          | 2,06        | 0,27       | 13,15          | 63,31              |
| Хлеб пшеничный                       | 12          | 0,89        | 0,07       | 5,84           | 27,57              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>           |             |             |            |                |                    |
| 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         | 0,1         | 0          | 4,19           | 16,98              |