

Меню (сад) 19.12.2025

Заведующий МАДОУ детский сад №13 «Журавушка»

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша гречневая вязкая	150	6,54	6,27	23,49	176,65
Бутерброд с маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Чай с молоком	190	1,45	1,47	9,07	55,46
Второй завтрак					
Йогурт	150	3,09	2,33	4,65	74,36
Обед					
Свекольник	180	2,07	4,25	14,99	108,23
Суфле рыбное	70	14,7	7,72	2,06	136,28
Макаронные изделия отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Компот из яблок и ягод замороженных	180	0,12	0,06	8,83	37,02
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Уплотнённый полдник					
Фрикадельки из птицы припущенные	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	80	1,65	4,76	8,53	84,5
Печенье	15	1,03	1,33	10,09	56,62
Чай с сахаром	180	0,08	0,00	5,97	24,18
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8

Меню (ясли) 19.12.2025

Заведующий МАДОУ детский сад №13 «Журавушка»

Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша гречневая вязкая	130	5,67	5,45	20,36	153,13
Бутерброд с маслом	28/5	2,11	4,17	13,67	100,6
Чай с молоком	170	1,3	1,32	7,88	48,68
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,67	2,01	4,03	64,44
Обед					
Свекольник	150	1,71	3,62	12,38	90,29
Суфле рыбное	60	12,61	6,65	1,78	117,13
Макаронные изделия отварные	90	3,33	3,27	21,23	127,76
Соус сметанный	15	0,23	1,43	0,52	19,19
Компот из яблок и ягод замороженных	170	0,12	0,06	7,75	32,61
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Уплотнённый полдник					
Фрикадельки из птицы припущенные	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	60	1,24	3,57	6,4	63,37
Печенье	15	1,03	1,33	10,09	56,62
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8