

Меню (сад) **26.12.2025**

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Тустокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг. цен.ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	150	4,57	5,55	21,27	152,81
Бутерброд с маслом,сыром	32/7/12	5,16	9,34	15,64	167,95
Какао с молоком	190	3,25	2,67	11,44	83,72
Второй завтрак					
Йогурт	150	3,09	2,33	4,65	74,36
Обед					
Салат из отварной свёклы с чесноком	50	0,87	2,97	5,09	50,43
Рассольник Ленинградский	180	2,13	4,36	15,09	110,31
Суфле из птицы	50/20	15,33	19,25	2,02	242,42
Пюре картофельное	130	3,53	5,9	24,78	166,8
Кисель из сока плодового или ягодного	180	0,34	0,05	18,63	76,18
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
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	1,1	1,43	10,83	60,67
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) **26.12.2025**

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Тустокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	130	3,97	4,79	18,44	132,34
Бутерброд с маслом,сыром	25/6/12	4,63	8,5	12,22	144,61
Какао с молоком	170	2,94	2,93	9,4	76,37
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,69	2,02	4,03	64,44
Обед					
Салат из отварной свёклы с чесноком	30	0,52	1,79	3,05	30,25
Рассольник Ленинградский	150	1,79	3,7	12,6	92,62
Суфле из птицы	50/20	15,33	19,25	2,02	242,42
Пюре картофельное	130	3,53	5,9	24,78	166,8
Кисель из сока плодового или ягодного	170	0,34	0,05	19,76	80,66
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
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	1,1	1,43	10,83	60,67
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98