

Меню (сад) 19.01.2026

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:

Густокашина Л.В.
Энерг.це
н.ккал

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая	150	3,76	5,46	21,87	151,93
Бутерброд с повидлом	24/21	1,87	0,15	25,76	111,81
Кофейный напиток с молоком	190	2,98	2,95	13,22	91,71
Второй завтрак					
Сок	98	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Борщ с капустой и картофелем	180	1,75	4,17	10,88	90,12
Оладьи из печени по-кунцевски	60	11,31	4,35	7,57	127,18
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 ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Салат из моркови	50	0,73	2,97	6,28	55,37
Сырники из творога запеченные	120	20,79	12,62	16,0	266,56
Соус молочный сладкий	24	0,64	1,38	3,84	30,27
Печенье	15	1,1	1,43	10,83	60,67
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 19.01.2026

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:

Густокашина Л.В.
Энерг.цен.
н.ккал

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углевод ы,г	Энерг.цен. н.ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая	130	3,27	4,72	18,97	131,57
Бутерброд с повидлом	24/11	1,82	0,15	18,72	83,47
Кофейный напиток с молоком	170	2,67	2,64	10,25	75,73
Второй завтрак					
Сок	98	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Оладьи из печени по-кунцевски	50	9,42	3,64	6,3	105,99
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 ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Салат из моркови	30	0,44	1,78	3,77	33,22
Сырники из творога запеченные	80	13,92	8,44	11,16	180,17
Соус молочный сладкий	15	0,39	0,85	2,38	18,66
Печенье	15	1,1	1,43	10,83	60,67
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,1	16,98