

Меню (сад) 23.01.2026

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					
Снежок	150	4,52	1,5	6,02	60,24
Обед					
Свекольник	180	2,07	4,25	14,99	108,23
Суфле рыбное	70	14,71	7,8	2,12	137,34
Макароны отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	6,78	27,09
Хлеб ржаной	41	2,76	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Фрикадельки из птицы припущенные	70	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	80	1,65	4,76	8,53	84,5
Печенье	15	1,13	1,47	11,16	62,55
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 23.01.2026

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					
Снежок	130	3,92	1,31	5,22	52,19
Обед					
Свекольник	150	1,71	3,62	12,3	90,29
Суфле рыбное	60	12,61	6,65	1,78	117,13
Макароны отварные	90	3,33	3,27	21,23	127,76
Соус сметанный	15	0,23	1,43	0,52	19,19
Компот из смеси сухофруктов	160	0	0	5,81	23,22
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Фрикадельки из птицы припущенные	70	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	60	1,24	3,57	6,4	63,37
Печенье	15	1,13	1,47	11,16	62,55
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98