

Меню (сад)

06.03.2026

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад №13 «Журавушка»
Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ыг	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	150	5,22	6,92	19,69	162,07
Бутерброд с маслом	32\7	2,41	5,8	15,64	124,3
Кофейный напиток с молоком	190	2,9	2,95	13,22	91,71
Второй завтрак					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Суп гороховый	180	5,9	3,3	13,12	105,99
Гренки из пшеничного хлеба	33	2,91	0,23	19,13	90,28
Суфле рыбное	70	14,71	7,8	2,12	137,34
Макаронные изделия отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Напиток из шиповника	180	0,59	0,24	14,92	75,52
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Уплотнённый полдник					
Котлета из птицы припущенная	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	80	1,65	4,76	8,53	84,5
Пряник	31	1,95	2,46	20,54	112,16
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли)

06.03.2026

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ детский сад №13 «Журавушка»
Густокашина Л.В.

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ыг	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	130	4,49	3,69	11,39	97,41
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
Кофейный напиток с молоком	170	2,67	2,64	10,25	75,73
Второй завтрак					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Суп гороховый	150	4,91	2,75	10,95	88,38
Гренки из пшеничного хлеба	30	2,65	0,21	17,39	82,08
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
Напиток из шиповника	160	0,52	0,21	13,31	67,3
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Уплотнённый полдник					
Котлета из птицы припущенная	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	60	1,24	3,57	6,4	63,37
Пряник	31	1,95	2,46	20,54	112,16
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98