

Меню (сад) 10.03.2026

И.о.заведующего МАДОУ детский сад №13 «Журавушка»
Медовщикова Е.В.

Утверждаю:

Медовщикова Е.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 повидлом	32/22	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					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Свекольник	180	2,07	4,25	14,99	108,23
Жаркое по-домашнему	200	17,5	33,59	42,39	543,04
Компот из яблок и ягод замороженных	180	0,12	0,06	8,83	37,02
Хлеб ржаной	41	2,76	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Омлет натуральный	85	0,94	7,43	1,49	76,77
Сдоба «Обыкновенная»	60	4,57	3,54	33,62	184,29
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 10.03.2026

И.о.заведующего МАДОУ детский сад №13 «Журавушка»
Медовщикова Е.В.

Утверждаю:

Медовщикова Е.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 повидлом	25/11	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					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	2,71	29,74
Свекольник	150	1,71	3,62	12,3	90,29
Жаркое по-домашнему	160	13,99	26,87	33,87	434,29
Компот из яблок и ягод замороженных	170	0,11	0,06	7,74	32,58
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Омлет натуральный	65	0,73	5,73	1,14	58,97
Сдоба «Обыкновенная»	60	4,57	3,54	33,62	184,29
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98