

Меню (сад)
12.03.2026

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

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 маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Какао с молоком	190	3,33	3,31	11,36	89,25
Второй завтрак					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Борщ с капустой и картофелем	180	1,75	4,17	10,88	90,12
Птица в соусе с томатом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Каша гречневая рассыпчатая	180	0	0	6,78	27,09
Компот из смеси сухофруктов	170	0,17	0,03	17,04	70,63
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Запеканка из творога	130	22,01	16,84	13,87	301,18
Молоко сгущённое	30	2,16	2,55	16,65	98,4
Печенье	15	1,13	1,47	11,16	62,55
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли)
12.03.2026

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г	Энерг.це н.ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая	130	3,27	4,72	18,97	131,57
Бутерброд с маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Какао с молоком	170	2,95	2,94	9,41	76,48
Второй завтрак					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	3,2	31,68
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
Птица в соусе с томатом	60	16,55	19,66	1,77	250,87
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
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					
Запеканка из творога	100	16,94	12,97	10,82	232,28
Молоко сгущённое	15	1,08	1,28	8,33	49,2
Печенье	16	1,13	1,47	11,16	62,55
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98