

Меню (сад)

19.03.2026

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 повидлом	24/25	1,87	0,15	25,76	111,81
Чай с сахаром	190	0,08	0	6,46	26,12
Второй завтрак					
Сок	101	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Салат из свёклы отварной	50	0,87	2,97	5,12	50,6
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,58	4,19	7,8	77,41
Гренки из пшеничного хлеба	33	2,91	0,23	19,13	90,28
Мясо тушеное	70	9,33	21,32	4,19	246,52
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	6,78	27,09
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Уплотнённый полдник					
Яйцо вареное	40	12,6	10,6	1,1	155,0
Шанежка наливная	50	3,59	3,95	24,15	150,74
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18

Меню (ясли)

19.03.2026

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 повидлом	24/14	1,82	0,15	18,72	83,47
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Второй завтрак					
Сок	93	0,49	0,1	9,8	41,71
Обед					
Салат из свёклы отварной	30	0,52	1,79	3,07	30,36
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,33	3,55	6,52	65,21
Гренки из пшеничного хлеба	30	2,65	0,21	17,39	82,08
Мясо тушеное	60	7,99	18,26	3,59	211,31
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Компот из смеси сухофруктов	170	0	0	5,81	23,22
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Уплотнённый полдник					
Яйцо вареное	40	12,6	10,6	1,1	155,0
Шанежка наливная	50	3,59	3,95	24,15	150,74
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98