

## Меню (сад) 23.03.2026

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
<b>Завтрак</b>					
Каша гречневая вязкая	150	6,54	6,27	23,49	176,65
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
<b>Второй завтрак</b>					
Сок	106	0,49	0,1	9,8	41,71
<b>Обед</b>					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Рассольник Ленинградский	180	2,13	4,36	15,09	110,31
Жаркое по-домашнему	200	17,5	33,59	42,39	543,04
Напиток из шиповника	180	0,59	0,24	14,92	75,52
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,62	0,16	12,66	59,72
<b>Уплотнённый полдник</b>					
Винегрет овощной	140	2,42	8,49	15,4	148,74
Пирожок с рисом и яйцом	60	5,36	3,78	38,42	208,9
Хлеб пшеничный	13	0,99	0,08	6,52	30,79
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

## Меню (ясли) 23.03.2026

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
<b>Завтрак</b>					
Каша гречневая вязкая	130	5,67	5,45	20,36	153,13
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
<b>Второй завтрак</b>					
Сок	100	0,49	0,1	9,8	41,71
<b>Обед</b>					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	2,71	29,74
Рассольник Ленинградский	150	1,79	3,7	12,6	92,62
Жаркое по-домашнему	160	13,99	26,87	33,87	434,29
Напиток из шиповника	160	0,52	0,21	13,31	67,3
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
<b>Уплотнённый полдник</b>					
Винегрет овощной	110	1,87	6,66	12,04	116,57
Пирожок с рисом и яйцом	60	5,36	3,78	38,42	208,9
Хлеб пшеничный	13	0,99	0,08	6,52	30,79
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98