

Меню (сад)
26.03.2026

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					
Омлет натуральный	85	0,94	7,43	1,49	76,77
Бутерброд с маслом,сыром	32/6/20	7,0	10,89	15,63	189,79
Чай с сахаром	190	0,08	0	6,46	26,12
Второй завтрак					
Сок	104	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
Суфле из птицы	50/20	15,33	19,25	2,02	242,42
Рагу из овощей	130	4,71	4,89	22,01	151,97
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	6,78	27,09
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Суфле рыбное	70	14,7	7,72	2,06	136,28
Салат картофельный с солёным огурцом	80	1,68	4,97	12,29	101,15
Печенье	16	1,2	1,56	11,9	66,72
Чай с сахаром	180	0,08	0,00	5,97	24,18
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8

Меню (ясли)
26.03.2026

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					
Омлет натуральный	65	0,73	5,73	1,14	58,97
Бутерброд с маслом,сыром	26/5/12	4,7	7,71	12,7	139,65
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Второй завтрак					
Сок	104	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
Суфле из птицы	50/20	15,33	19,25	2,02	242,42
Рагу из овощей	130	4,71	4,89	22,01	151,97
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					
Суфле рыбное	60	12,61	6,65	1,78	117,13
Салат картофельный с солёным огурцом	60	1,27	3,71	9,22	75,85
Печенье	16	1,2	1,56	11,9	66,72
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Хлеб ржаной	20	1,08	1,28	8,33	49,2