

Меню (сад) 10.07.2026

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	150	4,57	5,55	21,27	152,81
Бутерброд с маслом	24/6	1,81	4,95	11,73	98,66
Чай с молоком	190	1,47	1,47	9,1	55,7
Второй завтрак					
Йогурт	150	3,09	2,33	4,65	74,36
Обед					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Суп крестьянский с крупой	180	7,68	3,66	13,97	119,54
Суфле рыбное	70	14,71	7,80	2,12	137,34
Макаронные изделия отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	20	0,30	1,87	0,68	25,23
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					
Яйцо вареное 1/2	20	2,6	2,4	0,13	31,8
Булочка «Ванильная»	60	4,23	5,01	33,82	196,9
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 10.07.2026

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша манная молочная жидкая	130	3,97	4,79	18,44	132,34
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
Чай с молоком	170	1,3	1,32	7,88	48,68
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,69	2,02	4,03	64,47
Обед					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	2,71	29,74
Суп крестьянский с крупой	150	6,39	3,05	11,64	99,54
Суфле рыбное	60	12,61	6,65	1,78	117,13
Макаронные изделия отварные	90	3,33	3,27	21,23	127,76
Соус сметанный	15	0,23	1,43	0,52	19,19
Компот из смеси сухофруктов	170	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					
Яйцо вареное 1/2	20	2,6	2,4	0,13	31,8
Булочка «Ванильная»	60	4,23	5,01	33,82	196,9
Хлеб пшеничный	10	0,74	0,06	4,87	22,97
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98