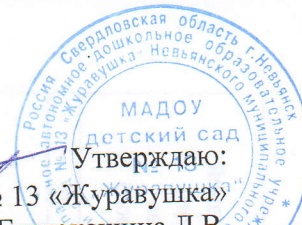


Меню (сад) 16.07.2026

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 пшенная молочная жидкая	150	5,38	5,92	25,4	176,53
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
Второй завтрак					
Йогурт	150	0,09	2,33	4,65	74,36
Обед					
Уха рыбацкая	180	7,68	3,66	13,97	119,54
Птица в соусе с томатом	70	19,21	22,89	1,79	290,75
Макароны отварные	110	4,01	4	25,62	154,54
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	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Винегрет овощной	140	2,42	8,49	15,4	148,74
Булочка «Дорожная»	60	4,29	9,32	33,98	236,66
Хлеб пшеничный	13	0,96	0,08	6,32	29,87
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 16.07.2026

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 пшенная молочная жидкая	130	4,66	5,11	21,99	152,77
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
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,69	2,02	4,03	64,47
Обед					
Уха рыбацкая	150	6,39	3,05	11,64	99,54
Птица в соусе с томатом	60	16,55	19,66	1,77	250,87
Макароны отварные	90	3,33	3,27	21,23	127,76
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
Уплотнённый полдник					
Винегрет овощной	110	1,87	6,66	12,04	116,57
Булочка «Дорожная»	60	4,29	9,32	33,98	236,66
Хлеб пшеничный	10	0,74	0,06	4,87	22,97
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98