

# Меню (сад) 17.07.2026

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

| Наименование блюда                      | Выход,<br>г | Белки,г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.цен.<br>ккал |
|-----------------------------------------|-------------|---------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                          |             |         |            |                |                    |
| Каша гречневая вязкая                   | 150         | 6,54    | 6,27       | 23,49          | 176,65             |
| Бутерброд с сыром                       | 33/20       | 7,04    | 6,09       | 16,06          | 148,56             |
| Чай с сахаром                           | 190         | 0,08    | 0          | 6,46           | 26,12              |
| <b>Второй завтрак</b>                   |             |         |            |                |                    |
| Сок                                     | 105         | 0,49    | 0,1        | 9,8            | 41,71              |
| <b>Обед</b>                             |             |         |            |                |                    |
| Салат из капусты белокачанной и огурцов | 60          | 0,85    | 3,57       | 2,32           | 45,09              |
| Свекольник                              | 180         | 2,07    | 4,25       | 14,99          | 108,23             |
| Шницель из птицы припущенный            | 80          | 27,64   | 28,94      | 9,93           | 410,27             |
| Рагу из овощей                          | 130         | 4,97    | 4,94       | 24,19          | 162,19             |
| Компот из яблок и ягод замороженных     | 180         | 0,14    | 0,08       | 8,51           | 36,25              |
| Хлеб ржаной                             | 41          | 2,76    | 0,35       | 16,86          | 81,11              |
| Хлеб пшеничный                          | 26          | 1,92    | 0,16       | 12,66          | 59,72              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>              |             |         |            |                |                    |
| Омлет с отварным картофелем             | 100         | 2,41    | 6,09       | 14,62          | 123,04             |
| Печенье                                 | 16          | 1,2     | 1,57       | 11,9           | 66,72              |
| Хлеб ржаной                             | 16          | 1,04    | 0,16       | 6,8            | 32,64              |
| Чай с сахаром                           | 180         | 0,1     | 0          | 5,97           | 24,18              |

# Меню (ясли) 17.07.2026

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

| Наименование блюда                      | Выход,<br>г | Белки,г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.цен.<br>ккал |
|-----------------------------------------|-------------|---------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                          |             |         |            |                |                    |
| Каша гречневая вязкая                   | 130         | 5,67    | 5,45       | 20,36          | 153,13             |
| Бутерброд с сыром                       | 24/12       | 4,53    | 3,69       | 11,68          | 98,78              |
| Чай с сахаром                           | 170         | 0,06    | 0          | 4,19           | 16,98              |
| <b>Второй завтрак</b>                   |             |         |            |                |                    |
| Сок                                     | 105         | 0,49    | 0,1        | 9,8            | 41,71              |
| <b>Обед</b>                             |             |         |            |                |                    |
| Салат из капусты белокачанной и огурцов | 40          | 0,57    | 2,38       | 1,55           | 30,06              |
| Свекольник                              | 150         | 1,71    | 3,62       | 12,3           | 90,29              |
| Шницель из птицы припущенный            | 70          | 23,82   | 24,96      | 8,69           | 354,29             |
| Рагу из овощей                          | 130         | 4,97    | 4,94       | 24,19          | 162,19             |
| Компот из яблок и ягод замороженных     | 170         | 0,13    | 0,08       | 7,44           | 31,86              |
| 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>              |             |         |            |                |                    |
| Омлет с отварным картофелем             | 80          | 1,69    | 4,81       | 9,8            | 89,46              |
| Печенье                                 | 16          | 1,2     | 1,57       | 11,9           | 66,72              |
| Хлеб ржаной                             | 16          | 1,04    | 0,16       | 6,8            | 32,64              |
| Чай с сахаром                           | 170         | 0,1     | 0          | 4,19           | 16,98              |