

Меню (сад) 25.08.2026

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					
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	150	5,22	6,92	19,69	162,07
Бутерброд с повидлом	28/22	2,3	0,29	28,9	125,25
Чай с сахаром	190	0,08	0	6,46	26,12
Второй завтрак					
Фрукты свежие(яблоки)	121	0,53	0,53	13,1	62,83
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,3	3,53	1,26	37,99
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,58	4,19	7,8	77,41
Гренки из пшеничного хлеба	33	2,91	0,23	19,13	90,28
Котлеты или биточки рыбные	80	17,50	8,86	8,79	184,57
Макаронные изделия отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	20	0,30	1,87	0,68	25,23
Кисель из сока плодового или ягодного	180	0,34	0,05	18,63	76,18
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Уплотнённый полдник					
Омлет натуральный	85	0,94	7,43	1,49	76,77
Сдоба «Обыкновенная»	60	4,58	3,55	33,36	184,36
Хлеб пшеничный	13	0,99	0,08	6,52	30,79
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18

Меню (ясли) 25.08.2026

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					
Каша из овсяных хлопьев «Геркулес»	130	4,52	5,97	17,06	140,34
Бутерброд с повидлом	28/11	2,17	0,28	21,12	94,94
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98
Второй завтрак					
Фрукты свежие(банан)	98	2,04	0,68	28,52	130,37
Обед					
Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,2	2,35	0,84	25,33
Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,33	3,55	6,52	65,21
Гренки из пшеничного хлеба	30	2,65	0,21	17,39	82,08
Котлеты или биточки рыбные	70	15,33	7,79	7,69	161,62
Макаронные изделия отварные	90	3,33	3,27	21,23	127,76
Соус сметанный	15	0,23	1,43	0,52	19,19
Кисель из сока плодового или ягодного	170	0,34	0,05	19,76	80,66
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Уплотнённый полдник					
Омлет натуральный	65	0,73	5,73	1,14	58,97
Сдоба «Обыкновенная»	60	4,58	3,55	33,36	184,36
Хлеб пшеничный	10	0,74	0,06	4,87	22,97
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98