

Меню (сад)**28.08.2026**

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 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					
Салат из капусты белокочанной и огурцов	60	0,85	3,57	2,32	45,09
Уха рыбацкая	180	7,68	3,66	13,97	119,54
Шницель из птицы припущенный	80	27,64	28,94	9,93	410,27
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Компот из яблок и ягод замороженных	180	0,14	0,08	8,51	36,25
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)**28.08.2026**

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 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					
Салат из капусты белокочанной и огурцов	40	0,57	2,38	1,55	30,06
Уха рыбацкая	150	6,39	3,05	11,64	99,54
Шницель из птицы припущенный	70	23,82	24,96	8,69	354,29
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Соус сметанный	15	0,23	1,43	0,52	19,19
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
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