

Меню (сад) 09.01.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая	150	3,76	5,46	21,87	151,93
Бутерброд с маслом	32/6/18	6,54	10,3	15,63	182,52
Кофейный напиток с молоком	190	2,98	2,95	13,26	91,91
Второй завтрак					
Йогурт	150	3,0	2,25	4,5	72,0
Обед					
Салат из капусты белокочанной	50	1,04	2,98	5,34	52,82
Борщ с капустой и картофелем	180	1,66	4,17	10,56	88,33
Суфле рыбное	70	14,71	7,8	2,12	137,34
Макаронные изделия отварные	110	4,01	4,0	25,62	154,54
Соус сметанный	30	0,47	2,83	1,06	38,36
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					
Фрукты свежие(яблоки)	121	0,53	0,53	13,1	62,87
Яйцо вареное	40	5,16	4,64	0,32	64,0
Коржик молочный	60	3,06	7,45	38,85	236,61
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8

Меню (ясли) 09.01.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Каша рисовая молочная жидкая	130	3,27	4,72	18,97	131,57
Бутерброд с маслом	28/5/12	4,86	7,71	13,67	144,25
Кофейный напиток с молоком	170	2,67	2,64	10,25	75,73
Второй завтрак					
Йогурт	130	2,6	1,95	3,9	62,4
Обед					
Салат из капусты белокочанной	30	0,62	1,78	3,2	31,68
Борщ с капустой и картофелем	150	1,36	3,53	8,69	73,6
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	20	0,3	1,87	0,68	25,23
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					
Фрукты свежие(банан)	98	2,02	0,66	28,53	130,46
Яйцо вареное	40	5,16	4,64	0,32	64,0
Коржик молочный	60	3,6	7,45	38,85	236,61
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18
Хлеб ржаной	20	1,3	0,2	8,5	40,8