

Меню (ясли) 10.01.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густоканина Л.В.



Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	100	16,94	12,97	10,82	232,28
Молоко сгущенное	16	1,07	1,27	8,32	49,2
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
Чай с молоком	170	1,3	1,32	7,88	48,68
Второй завтрак					
Сок	96	0,47	0,1	9,31	40,04
Обед					
Салат из отварной свёклы с чесноком	30	0,52	1,79	3,05	30,25
Рассольник Ленинградский	150	1,79	3,7	12,6	92,62
Жаркое по-домашнему	160	13,81	26,87	33,32	431,21
Компот из смеси сухофруктов	170	0	0	5,81	23,22
Хлеб ржаной	32	2,06	0,27	13,15	63,31
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Оладьи из печени по-кунцевски	50	9,42	3,64	6,30	105,99
Каша гречневая рассыпчатая	100	5,61	4,51	25,34	164,11
Соус сметанный	20	0,3	1,87	0,68	25,23
Печенье	22	1,65	2,15	16,36	91,74
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98

Меню (сад) 10.01.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»
Густоканина Л.В.



Наименование блюда	Выход, г	Белки,г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг.цен. ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	130	22,01	16,84	13,87	301,18
Молоко сгущенное	31	2,16	2,55	16,65	98,4
Бутерброд с маслом	32/7	2,41	5,8	15,64	124,3
Чай с молоком	190	1,47	1,47	9,1	55,7
Второй завтрак					
Сок	96	0,47	0,1	9,31	40,04
Обед					
Салат из отварной свёклы с чесноком	50	0,87	2,97	5,09	50,43
Рассольник Ленинградский	180	2,13	4,36	15,09	110,3
Жаркое по-домашнему	200	17,29	33,59	41,7	539,2
Компот из смеси сухофруктов	180	0	0	6,78	27,09
Хлеб ржаной	41	2,63	0,35	16,86	81,11
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
Уплотнённый полдник					
Оладьи из печени по-кунцевски	50	9,42	3,64	6,30	105,99
Каша гречневая рассыпчатая	120	6,73	5,45	30,45	197,40
Соус сметанный	30	0,47	2,83	1,06	38,36
Печенье	33	2,47	3,23	24,55	137,61
Чай с сахаром	180	0,08	0	5,97	24,18