

## Меню (ясли) 13.01.2025

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

| Наименование блюда                   | Выход,<br>г | Белки,г | Жиры,<br>г | Углеводы,<br>г | Энерг.цен.<br>ккал |
|--------------------------------------|-------------|---------|------------|----------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                       |             |         |            |                |                    |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 130         | 3,77    | 5,05       | 12,54          | 110,96             |
| 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              |
| <b>Второй завтрак</b>                |             |         |            |                |                    |
| Сок                                  | 103         | 0,5     | 0,1        | 10,19          | 43,37              |
| <b>Обед</b>                          |             |         |            |                |                    |
| Щи из свежей капусты с картофелем    | 150         | 1,31    | 3,55       | 6,44           | 64,74              |
| 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             |
| Пюре картофельное                    | 110         | 2,99    | 5,01       | 20,98          | 141,18             |
| Компот из яблок и ягод замороженных  | 170         | 0,12    | 0,06       | 7,75           | 32,61              |
| Хлеб ржаной                          | 32          | 2,06    | 0,27       | 13,15          | 63,31              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>           |             |         |            |                |                    |
| Винегрет овощной                     | 110         | 1,87    | 6,66       | 12,04          | 116,57             |
| Пирожок с рисом и яйцом              | 60          | 4,23    | 3,66       | 31,64          | 176,5              |
| Хлеб пшеничный                       | 12          | 0,89    | 0,07       | 5,84           | 27,57              |
| Чай с сахаром                        | 170         | 0,1     | 0          | 4,1            | 16,98              |

## Меню (сад) 13.01.2025

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

| Наименование блюда                   | Выход,<br>г | Белки,<br>г | Жиры,<br>г | Углевод,<br>г | Энерг.це<br>н.ккал |
|--------------------------------------|-------------|-------------|------------|---------------|--------------------|
| <b>Завтрак</b>                       |             |             |            |               |                    |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150         | 4,36        | 5,83       | 14,48         | 128,03             |
| Бутерброд с маслом                   | 32/7        | 2,41        | 5,8        | 15,64         | 124,3              |
| Кофейный напиток с молоком           | 190         | 2,98        | 2,95       | 13,22         | 91,71              |
| <b>Второй завтрак</b>                |             |             |            |               |                    |
| Сок                                  | 103         | 0,5         | 0,1        | 10,19         | 43,37              |
| <b>Обед</b>                          |             |             |            |               |                    |
| Щи из свежей капусты с картофелем    | 180         | 1,55        | 4,19       | 7,71          | 76,82              |
| Гренки из пшеничного хлеба           | 33          | 2,91        | 0,23       | 19,13         | 90,28              |
| Котлеты или биточки рыбные           | 80          | 17,5        | 8,86       | 8,79          | 184,57             |
| Пюре картофельное                    | 130         | 3,53        | 5,9        | 24,78         | 166,8              |
| Компот из яблок и ягод замороженных  | 180         | 0,12        | 0,06       | 8,83          | 37,02              |
| Хлеб ржаной                          | 41          | 2,63        | 0,35       | 16,86         | 81,11              |
| <b>Уплотнённый полдник</b>           |             |             |            |               |                    |
| Винегрет овощной                     | 140         | 2,42        | 8,49       | 15,4          | 148,74             |
| Пирожок с рисом и яйцом              | 60          | 4,23        | 3,66       | 31,64         | 176,5              |
| Хлеб пшеничный                       | 15          | 1,1         | 0,09       | 7,3           | 34,45              |
| Чай с сахаром                        | 180         | 0,08        | 0          | 5,97          | 24,18              |