

## Меню (ясли) 15.01.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг.це н,ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная жидкая	130	3,97	4,79	18,44	132,34
Бутерброд с маслом	25/6	1,88	4,96	12,22	100,96
Какао с молоком	170	2,94	2,93	9,4	76,37
<b>Второй завтрак</b>					
Йогурт	130	2,6	1,95	3,9	62,4
<b>Обед</b>					
Уха рыбацкая	150	6,39	3,05	11,64	99,54
Птица в соусе с томатом	50	13,78	16,41	1,51	209,45
Каша рассыпчатая с овощами	100	2,32	2,24	23,13	122,1
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
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
<b>Уплотнённый полдник</b>					
Котлета из птицы припущенная	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	60	1,24	3,57	6,4	63,37
Печенье	23	1,73	2,25	17,11	95,91
Хлеб пшеничный	12	0,89	0,07	5,84	27,57
Чай с сахаром	170	0,1	0	4,19	16,98

## Меню (сад) 15.01.2025

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

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углевод ы,г	Энерг. цен,ккал
<b>Завтрак</b>					
Каша манная молочная жидкая	150	4,57	5,55	21,27	152,81
Бутерброд с маслом	32/7	2,41	5,8	15,64	124,3
Какао с молоком	190	3,25	2,67	11,44	83,72
<b>Второй завтрак</b>					
Йогурт	150	3,0	2,25	4,5	72,0
<b>Обед</b>					
Уха рыбацкая	180	7,66	3,65	13,97	119,41
Птица в соусе с томатом	60	16,46	19,66	1,54	249,59
Каша рассыпчатая с овощами	120	2,76	2,67	27,73	146,22
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
Хлеб пшеничный	26	1,92	0,16	12,66	59,72
<b>Уплотнённый полдник</b>					
Котлета из птицы припущенная	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Салат из капусты белокочанной	80	1,65	4,76	8,53	84,5
Вафли	30	0,81	0,97	22,5	103,02
Хлеб пшеничный	15	1,11	0,09	7,3	34,45
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18