

Меню (ясли) 16.01.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:
Густокашина Л.В.
№ 13
«Журавушка»

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
Сгущенное молоко	16	1,08	1,28	8,33	49,2
Батон с маслом	24\6	1,89	5,03	11,48	98,94
Кофейный напиток с молоком	170	2,67	2,64	10,25	75,73
Второй завтрак					
Сок	96	0,47	0,1	9,4	40,04
Обед					
Салат из отварной свёклы и моркови	30	0,51	1,79	2,88	29,62
Суп крестьянский с крупой	150	1,62	3,59	9,29	77,63
Шницель из птицы припущенный	60	20,42	21,37	7,44	303,43
Пюре картофельное	110	2,99	5,01	20,98	141,18
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	0,9	0,07	5,84	27,57
Уплотнённый полдник					
Омлет натуральный	65	0,73	5,73	1,14	58,97
Печенье	23	1,73	2,25	17,11	95,91
Хлеб ржаной	20	1,32	0,18	8,48	40,79
Чай с сахаром	170	0,06	0	4,19	16,98

Меню (сад) 16.01.2025

Заведующий МАДОУ детский сад № 13 «Журавушка»

Утверждаю:
Густокашина Л.В.
№ 13
«Журавушка»

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энерг. цен. ккал
Завтрак					
Запеканка из творога	130	22,01	16,84	13,87	303,18
Сгущенное молоко	31	2,3	2,72	17,76	104,96
Батон с маслом	24\6	1,89	5,03	11,48	98,94
Кофейный напиток с молоком	190	2,9	2,95	13,22	91,71
Второй завтрак					
Сок	96	0,47	0,1	9,4	40,04
Обед					
Салат из отварной свёклы и моркови	50	0,83	2,97	4,79	49,38
Суп крестьянский с крупой	180	1,93	4,24	11,13	92,29
Шницель из птицы припущенный	70	24,18	25,33	8,7	359,02
Пюре картофельное	130	3,53	5,90	24,78	166,80
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	1,9	0,2	12,7	59,7
Уплотнённый полдник					
Омлет натуральный	85	0,94	7,43	1,49	76,77
Печенье	23	1,73	2,25	17,11	95,91
Хлеб ржаной	20	1,28	0,17	8,23	39,57
Чай с сахаром	180	0,1	0	5,97	24,18