02.11.2026

Дети с 1 -3 лет 10-ти дневное меню безглютенова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	**Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным** *крупа рис, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15
180	**Чай с сахаром 180 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Завтрак	Калорийность-243, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-47
	Второй завтрак	
120	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
150/10	**Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-7
50	**Филе птицы припущенное** *филе грудки куринное, морковь, лук*	Калорийность-93, Белки-8, Жиры-7
120	**Картофель толченый по-деревенски** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
150	**Компот из смеси сухофруктов 150 гр.** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-46, Углеводы-11
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-443, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-54
	Полдник	Печенье безглютеновое
30	**Кондитерское изделие промышленного производства 30 грамм**	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21
180	**Чай с сахаром 180 грамм** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Полдник	Калорийность-169, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-32
	Итого за день	Калорийность-926, Белки-20, Жиры-27, Углеводы-151

02.11.2026

ад с 3 до 7 лет 10-ти дневное меню безглютенова

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
200	**Каша рисовая жидкая на воде с маслом растительным 200** *крупа рис, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-143, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-19
200	**Чай с сахаром 200 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Завтрак	Калорийность-287, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-53
	Второй завтрак	
150	**Компот из свежих яблок 150 грамм** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
180/10	**Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ 180/10** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-97, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9
70	**Филе птицы припущенное 70** *филе грудки куринное, морковь, лук*	Калорийность-129, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-1
150	**Картофель толченый по-деревенски 150** *картофель, масло растительное*	Калорийность-172, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-19
180	**Компот из смеси сухофруктов 180 гр.** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-62, Углеводы-15
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-553, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-65
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Калорийность-148, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
200	**Чай с сахаром 200 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Полдник	Калорийность-199, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-38
	Итого за день	Калорийность-1 100, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-171

Белые вермишелевое

02.11.2026

с 1 -3 лет 10-ти дневное меню аллергия на моло

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	***Каша манная жидкая на воде с маслом растительным*** *крупа манная, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13
180	***Чай с сахаром 180 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
20	***Хлеб пшеничный 20 грамм***	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
	Итого за Завтрак	Калорийность-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32
	Второй завтрак	
120	***Компот из свежих яблок*** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
150/10	***Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ*** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-7
50	***Филе птицы запеченное с яйцом 50 гр.*** *филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-91, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-2
120	***Картофель толченый по-деревенски*** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
150	***Компот из смеси сухофруктов 150 гр.*** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-46, Углеводы-11
20	***Хлеб ржаной 20 грамм.***	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
30	***Хлеб пшеничный 30/***	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-441, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-56
	Полдник	
50	***Кондитерское изделие промышленного производства 50 грамм***	Калорийность-162, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-21
180	***Чай с сахаром 180 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Полдник	Калорийность-205, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-32
	Итого за день	Калорийность-895, Белки-19, Жиры-30, Углеводы-138

02.11.2026

3 до 7 лет 10-ти дневное меню аллергия на моло

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
200	***Каша манная жидкая на воде с маслом растительным 200*** *крупа манная, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-124, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-17
200	***Чай с сахаром 200 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
20	***Хлеб пшеничный 20 грамм***	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
	Итого за Завтрак	Калорийность-214, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-38
	Второй завтрак	
150	***Компот из свежих яблок 150 грамм*** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
180/10	***Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ 180/10*** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-97, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9
70	***Филе птицы запеченное с яйцом 70 гр.*** *филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-125, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-3
150	***Картофель толченый по-деревенски 150*** *картофель, масло растительное*	Калорийность-172, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-19
180	***Компот из смеси сухофруктов 180 гр.*** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-62, Углеводы-15
20	***Хлеб ржаной 20 грамм***	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7
30	***Хлеб пшеничный 30/***	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-549, Белки-19, Жиры-23, Углеводы-66
	Полдник	
50	***Кондитерское изделие промышленного производства 50 грамм***	Печенье затяжное Калорийность-162, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-21
200	***Чай с сахаром 200 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Полдник	Калорийность-213, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-34
	Итого за день	Калорийность-1 037, Белки-26, Жиры-36, Углеводы-153

02.11.2026

Меню (Сад с 3 до 7 лет 10-ти дневное меню)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
200	**Каша манная жидкая 200 гр.** *молоко пастеризованное, крупа манная, соль иодированная, масло крестьянское, сахар*	Калорийность-169, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-21
20/10	**Бутерброд с сыром 20/10** *хлеб пшеничный, сыр*	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10
200	**Чай с сахаром 200 гр.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-300, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-44
	Второй завтрак	
150	**Компот из свежих яблок 150 грамм** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
180/10/5	**Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной 180/10/5** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, сметана, масло крестьянское, зелень сушеная*	Калорийность-88, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9
70	**Филе птицы запеченное с яйцом 70 гр.** *филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-125, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-3
150	**Пюре картофельное 150 гр.** *картофель, молоко пастеризованное, масло крестьянское*	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24
180	**Компот из смеси сухофруктов 180 гр.** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-62, Углеводы-15
30	**Хлеб пшеничный 30 гр.**	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-13
20	**Хлеб ржаной 20 грамм**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7
	Итого за Обед	Калорийность-510, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-71
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Печенье затяжное Калорийность-148, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
200	**Чай с сахаром 200 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Полдник	Калорийность-199, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-38
	Итого за день	Калорийность-1 070, Белки-32, Жиры-30, Углеводы-168

ЛЛОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

02.11.2026

Меню (Ясли с 1 -3 лет 10-ти дневное меню)

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
	Завтрак	
150	**Каша манная жидкая 150 гр.** *молоко пастеризованное, крупа манная, соль иодированная, масло крестьянское, сахар*	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19
20/10	**Бутерброд с сыром 20/10** *хлеб пшеничный, сыр*	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10
180	**Чай с сахаром 180 гр.** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-256, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-40
	Второй завтрак	
120	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
150/10/5	**Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной 150/10/5** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, сметана, морковь, масло крестьянское, зелень сушеная*	Калорийность-70, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7
50	**Филе птицы запеченное с яйцом 50 гр.** *филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-91, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-2
120	**Пюре картофельное 120 гр.** *картофель, молоко пастеризованное, масло крестьянское*	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19
150	**Компот из смеси сухофруктов 150 гр.** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-46, Углеводы-11
30	**Хлеб пшеничный 30 гр.**	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-13
20	**Хлеб ржаной 20 грамм.**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-416, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-60
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Пенные затяжка Калорийность-148, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
180	**Чай с сахаром 180 грамм** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Полдник	Калорийность-191, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-36
	Итого за день	Калорийность-934, Белки-26, Жиры-25, Углеводы-154