АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

12.11.2026

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	**Суп молочный с крупой 200 гр.** *молоко пастеризованное, крупа кукурузная, соль иодированная, сахар, масло крестьянское*	Калорийность-128, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19
20/10	**Бутерброд с сыром 20/10** *хлеб пшеничный, сыр*	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10
200	**Кофейный напиток 200 гр.** *молоко пастеризованное, сахар, кофейный напиток*	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15
	Итого за Завтрак	Калорийность-299, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-44
	Второй завтрак	
150	**Сок в ассортименте 150/**	Калорийность-70, Углеводы-17
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-70, Углеводы-17
	Обед	
50	**Салат из свежих помидоров 50 грамм** *помидоры, масло растительное*	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
180/20	**Суп гороховый с гренками 180/20** *картофель, хлеб пшеничный, крупа горох, морковь, лук, масло крестьянское, зелень сушеная*	Калорийность-137, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-23
80	**Котлеты рыбные любительские 80 гр.** *минтай, морковь, яйцо 40 г, молоко пастеризованное, лук, мука пшеничная, хлеб пшеничный, масло растительное*	Калорийность-148, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-6
150	**Пюре картофельное 150 гр.** *картофель, молоко пастеризованное, масло крестьянское*	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24
200	**Компот из свежих яблок 200 гр.** *яблоки, сахар*	Калорийность-81, Углеводы-20
20	**Хлеб пшеничный 20 грамм**	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
30	**Хлеб ржаной 30 грамм**	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10
	Итого за Обед	Калорийность-653, Белки-24, Жиры-20, Углеводы-94
	Полдник	
30	**Кондитерское изделие промышленного производства 30 гр.**	Калорийность-100, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-8
200	**Чай с сахаром 200 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Полдник	Калорийность-151, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-21
	Итого за день	Калорийность-1 173, Белки-37, Жиры-36, Углеводы-176

Печенье затяжное

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

12.11.2026

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	Суп молочный с крупой 150 гр. молоко пастеризованное, крупа кукурузная, соль иодированная, сахар, масло крестьянское	Калорийность-89, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-13
20/10	Бутерброд с сыром 20/10 хлеб пшеничный, сыр	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10
150	Кофейный напиток 150 гр. молоко пастеризованное, сахар, кофейный напиток	Калорийность-69, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-238, Белки-8, Жиры-8, Углеводы-34
	Второй завтрак	
130	Сок в ассортименте 130 грамм.	Калорийность-91, Белки-1, Углеводы-22
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-91, Белки-1, Углеводы-22
	Обед	
50	Салат из свежих помидоров 50 грамм помидоры, масло растительное	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
150/15	Суп гороховый с гренками 150/15 картофель, хлеб пшеничный, крупа горох, морковь, лук, масло крестьянское, зелень сушеная	Калорийность-97, Белки-3, Жиры-2, Углеводы-17
60	Котлеты рыбные любительские минтай, морковь, яйцо 40 г, молоко пастеризованное, лук, мука пшеничная, хлеб пшеничный, масло растительное	Калорийность-104, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-3
120	Пюре картофельное 120 гр. картофель, молоко пастеризованное, масло крестьянское	Калорийность-117, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-19
180	Компот из свежих яблок 180 гр. яблоки, сахар	Калорийность-61, Углеводы-15
20	Хлеб пшеничный 20 грамм	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
20	Хлеб ржаной 20 грамм	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7
	Итого за Обед	Калорийность-506, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-72
	Полдник	
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-1 004, Белки-29, Жиры-29, Углеводы-160

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

12.11.2026

ı 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	
130	***Каша гречневая вязкая с маслом растительным 130 грамм.*** *крупа гречневая, масло растительное*	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15
20	***Хлеб пшеничный 20 грамм***	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
180	***Чай с сахаром 180 грамм*** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-195, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-34
	Второй завтрак	
130	***Сок в ассортименте 130 грамм.*** Компот из яблок	Калорийность-91, Белки-1, Углеводы-22
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-91, Белки-1, Углеводы-22
	Обед	
50	***Салат из свежих помидоров 50 грамм*** *помидоры, масло растительное*	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
150/15	***Суп гороховый с гренками 150/15/*** *картофель, хлеб пшеничный, крупа горох, морковь, лук, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17
60	***Котлеты рыбные любительские 60/*** *минтай, морковь, яйцо 40 г, лук, хлеб пшеничный, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-104, Белки-8, Жиры-7, Углеводы-3
120	***Картофель толченый по-деревенски*** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
180	***Компот из свежих яблок 180 гр.*** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
20	***Хлеб ржаной 20 грамм***	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7
20	***Хлеб пшеничный 20 грамм***	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-534, Белки-17, Жиры-22, Углеводы-68
	Полдник	
30	***Кондитерское изделие промышленного производства 30 грамм***	Пленье затяжное 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-989, Белки-25, Жиры-31, Углеводы-156

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

12.11.2026

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	
150	***Каша гречневая вязкая с маслом растительным 150 грамм.*** *крупа гречневая, масло растительное*	Калорийность-194, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-29
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
200	***Чай с сахаром 200 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-338, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-63
	Второй завтрак	
150	***Компот из свежих яблок 150 грамм*** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
50	***Салат из свежих помидоров 50 грамм*** *помидоры, масло растительное*	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
180/20	***Суп гороховый с гренками 180/20/*** *картофель, хлеб пшеничный, крупа горох, морковь, лук, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-147, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-23
80	***Котлеты рыбные любительские (без хлеба пшеничного) 80*** *минтай, морковь, лук, мука рисовая, масло растительное*	Калорийность-146, Белки-12, Жиры-9, Углеводы-4
150	***Картофель толченый по-деревенски 150*** *картофель, масло растительное*	Калорийность-172, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-19
200	***Компот из свежих яблок 200 гр.*** *яблоки, сахар*	Калорийность-81, Углеводы-20
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-693, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-90
	Полдник	
50	***Кондитерское изделие промышленного производства 50 грамм***	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-1 305, Белки-28, Жиры-42, Углеводы-202

Безглютеновое

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

12.11.2026

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	
130	***Каша гречневая вязкая с маслом растительным 130 грамм.*** *крупа гречневая, масло растительное*	Калорийность-113, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-15
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
180	***Чай с сахаром 180 гр.*** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-249, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-47
	Второй завтрак	
130	***Сок в ассортименте 130 грамм.***	Калорийность-91, Белки-1, Углеводы-22
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-91, Белки-1, Углеводы-22
	Обед	
50	***Салат из свежих помидоров 50 грамм*** *помидоры, масло растительное*	Калорийность-54, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-3
150/15	***Суп гороховый с гренками 150/15/*** *картофель, хлеб пшеничный, крупа горох, морковь, лук, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-104, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-17
60	***Котлеты рыбные любительские (без хлеба пшеничного)*** *минтай, морковь, лук, мука рисовая, масло растительное*	Калорийность-107, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-3
120	***Картофель толченый по-деревенски*** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
180	***Компот из свежих яблок 180 гр.*** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-557, Белки-16, Жиры-22, Углеводы-74
	Полдник	
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-1 066, Белки-23, Жиры-31, Углеводы-175

Белые безглютеновое