АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

20.11.2026

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 гречневая жидкая** молоко пастеризованное, крупа гречневая, соль иодированная, масло крестьянское, сахар	Калорийность-123, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-17
15/10	**Бутерброд с джемом или вареньем** батон, джем	Калорийность-66, Белки-1, Углеводы-15
180	**Кофейный напиток 180 гр.** молоко пастеризованное, сахар, кофейный напиток	Калорийность-82, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-271, Белки-7, Жиры-6, Углеводы-45
	Второй завтрак	
130	**Компот из изюма** изюм, сахар	Калорийность-44, Углеводы-11
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-44, Углеводы-11
	Обед	
50	**Салат из капусты белокочанной 50 грамм** капуста, лук, морковь, масло растительное, лимон, сахар	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
150/10/5	**Свекольник с мясом, со сметаной 150/10/5** свекла, картофель, гуляш говяжий, лук, морковь, томатная паста , сметана, масло крестьянское, сахар, зелень сушеная	Калорийность-97, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-12
50	**Печень говяжья по - строгановски 50 гр.** печень говяжья, сметана, масло растительное, мука пшеничная	Калорийность-86, 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
20	**Хлеб пшеничный 20 грамм.**	Калорийность-39, Углеводы-9
20	**Хлеб ржаной 20 грамм.**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-475, Белки-15, Жиры-18, Углеводы-65
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Печенье затяжное 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-981, Белки-25, Жиры-28, Углеводы-157

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

20.11.2026

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 гречневая жидкая 200 гр.*** *молоко пастеризованное, крупа гречневая, соль иодированная, масло крестьянское, сахар*	Калорийность-186, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-27
20/20	***Бутерброд с джемом или вареньем 20/20*** *джем, батон*	Калорийность-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
200	***Кофейный напиток 200 гр.*** *молоко пастеризованное, сахар, кофейный напиток*	Калорийность-91, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-15
	Итого за Завтрак	Калорийность-365, Белки-9, Жиры-10, Углеводы-62
	Второй завтрак	
150	***Компот из изюма 150 гр.*** *изюм, сахар*	Калорийность-52, Углеводы-13
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-52, Углеводы-13
	Обед	
50	***Салат из капусты белокочанной 50 грамм*** *капуста, лук, морковь, масло растительное, лимон, сахар*	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
180/10/5	***Свекольник с мясом, со сметаной 180/10/5*** *свекла, картофель, гуляш говяжий, лук, морковь, томатная паста , сметана, масло крестьянское, сахар, зелень сушеная*	Калорийность-104, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-13
80	***Печень говяжья по - строгановски 80 гр.*** *печень говяжья, сметана, масло растительное, мука пшеничная*	Калорийность-143, Белки-11, Жиры-10, 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/***	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-13
20	***Хлеб ржаной 20 грамм.***	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-601, Белки-21, Жиры-22, Углеводы-80
	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-1 217, Белки-33, Жиры-36, Углеводы-193

Печенье затяжное

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	
160	**Каша гречневая вязкая с маслом растительным 160 грамм.** *крупа гречневая, масло растительное*	Калорийность-197, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30
20/20	**Бутерброд с джемом или вареньем 20/20** *батон, джем*	Калорийность-88, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-20
200	**Чай с сахаром 200 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-336, Белки-5, Жиры-8, Углеводы-63
	Второй завтрак	
150	**Компот из изюма 150 гр.** *изюм, сахар*	Калорийность-52, Углеводы-13
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-52, Углеводы-13
	Обед	
50	**Салат из капусты белокочанной 50 грамм** *капуста, морковь, лук, масло растительное, лимон, сахар*	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
180/10	**Свекольник с мясом, БЕЗ СМЕТАНЫ 180/10** *свекла, картофель, гуляш говяжий, лук, морковь, томатная паста , масло растительное, сахар, зелень сушеная*	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-13
80	**Печень, тушеная в соусе БЕЗ СМЕТАНЫ 80/** *печень говяжья, томатная паста , масло растительное, мука пшеничная*	Калорийность-132, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-8
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 пшеничный 20 грамм.**	Калорийность-39, Углеводы-9
20	**Хлеб ржаной 20 грамм**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-7
	Итого за Обед	Калорийность-605, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-75
	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-1 192, Белки-27, Жиры-38, Углеводы-189

Печенье затяжное

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

20.11.2026

Если 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 гречневая вязкая отварная с маслом растительным*** *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 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-249, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-47
	Второй завтрак	
130	***Компот из изюма*** *изюм, сахар*	Калорийность-44, Углеводы-11
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-44, Углеводы-11
	Обед	
50	***Салат из капусты белокочанной 50 грамм*** *капуста, лук, морковь, масло растительное, лимон, сахар*	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
150/10	***Свекольник с мясом, БЕЗ СМЕТАНЫ*** *свекла, картофель, гуляш говяжий, лук, морковь, томатная паста , масло растительное, сахар, зелень сушеная*	Калорийность-94, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-12
60	***Печень, тушеная в соусе БЕЗ СМЕТАНЫ 60*** *печень говяжья, томатная паста , масло растительное, мука рисовая*	Калорийность-108, Белки-9, Жиры-7, Углеводы-4
120	***Картофель толченый по-деревенски*** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
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-551, Белки-17, Жиры-23, Углеводы-71
	Полдник	
50	***Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.***	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-1 035, Белки-24, Жиры-32, Углеводы-165

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

20.11.2026

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	
160	***Каша гречневая вязкая с маслом растительным 160 грамм.*** *крупа гречневая, масло растительное*	Калорийность-197, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-30
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
200	***Чай с сахаром 200 грамм.*** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-341, Белки-5, Жиры-7, Углеводы-64
	Второй завтрак	
150	***Компот из изюма 150 гр.*** *изюм, сахар*	Калорийность-52, Углеводы-13
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-52, Углеводы-13
	Обед	
50	***Салат из капусты белокочанной 50 грамм*** *капуста, лук, морковь, масло растительное, лимон, сахар*	Калорийность-56, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-4
180/10	***Свекольник с мясом, БЕЗ СМЕТАНЫ 180/10*** *свекла, картофель, гуляш говяжий, лук, морковь, томатная паста , масло растительное, сахар, зелень сушеная*	Калорийность-110, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-13
80	***Печень, тушеная в соусе БЕЗ СМЕТАНЫ 80*** *печень говяжья, томатная паста , масло растительное, мука рисовая*	Калорийность-126, Белки-10, Жиры-7, Углеводы-6
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-619, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-78
	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-1 211, Белки-27, Жиры-37, Углеводы-193

Детское безглютеновое