АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

19.11.2026

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 рисовая жидкая 200 гр.** *молоко пастеризованное, крупа рис, масло крестьянское, сахар, соль иодированная*	Калорийность-163, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-22
20/10	**Бутерброд с маслом 20/10** *хлеб пшеничный, масло крестьянское*	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10
180	**Чай с лимоном 180 грамм** *сахар, лимон, чай*	Калорийность-49, Углеводы-12
	Итого за Завтрак	Калорийность-323, Белки-7, Жиры-13, 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	
60	**Салат из огурцов с маслом 60 гр.** *огурцы свежие, масло растительное*	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
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
70	**Бефстроганов из отварной говядины 70 гр.** *гуляш говяжий, лук, сметана, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-151, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4
150	**Макаронные изделия отварные 150 гр.** *макаронные изделия, масло крестьянское*	Калорийность-178, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-36
180	**Компот из кураги 180 грамм** *курага медовая, сахар*	Калорийность-72, Белки-1, Углеводы-17
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-675, Белки-25, Жиры-20, Углеводы-100
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Калорийность-148, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
180	**Чай с сахаром 180 гр.** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Полдник	Калорийность-191, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-36
	Итого за день	Калорийность-1 250, Белки-35, Жиры-37, Углеводы-195

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

19.11.2026

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 рисовая жидкая 150 гр.*** *молоко пастеризованное, крупа рис, масло крестьянское, сахар, соль иодированная*	Калорийность-115, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-16
20/10	***Бутерброд с маслом 20/10*** *хлеб пшеничный, масло крестьянское*	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10
180	***Чай с лимоном 180 грамм*** *сахар, лимон, чай*	Калорийность-49, Углеводы-12
	Итого за Завтрак	Калорийность-275, Белки-6, Жиры-11, Углеводы-38
	Второй завтрак	
120	***Компот из свежих яблок*** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
50	***Салат из огурцов с маслом 50 грамм*** *огурцы свежие, масло растительное*	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
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
50	***Бефстроганов из отварной говядины*** *гуляш говяжий, сметана, лук, масло растительное, мука пшеничная*	Калорийность-86, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-3
110	***Макаронные изделия отварные 110 грамм*** *макаронные изделия, масло крестьянское*	Калорийность-114, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-23
150	***Компот из кураги 150 грамм*** *курага медовая, сахар*	Калорийность-58, Углеводы-14
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-491, Белки-16, Жиры-14, Углеводы-77
	Полдник	
50	***Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.***	Калорийность-148, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
150	***Чай с сахаром 150 гр.*** *сахар, чай*	Калорийность-35, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-183, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-34
	Итого за день	Калорийность-1 020, Белки-25, Жиры-29, Углеводы-167

Детские сады

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

19.11.2026

: 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 рисовая жидкая на воде с маслом растительным 200** *крупа рис, масло растительное, сахар, соль иодированная*	Калорийность-143, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-19
20	**Хлеб пшеничный 20 грамм**	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
180	**Чай с лимоном 180 грамм** *сахар, лимон, чай*	Калорийность-49, Углеводы-12
	Итого за Завтрак	Калорийность-231, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-39
	Второй завтрак	
150	**Компот из свежих яблок 150 грамм** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
60	**Салат из огурцов с маслом 60 гр.** *огурцы свежие, масло растительное*	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
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
70	**Бефстроганов из отварной говядины 70 гр.** *гуляш говяжий, лук, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-151, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4
150	**Макаронные изделия отварные с маслом растительным 150** *макаронные изделия, масло растительное*	Калорийность-2 036, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-37
180	**Компот из кураги 180 грамм** *курага медовая, сахар*	Калорийность-72, Белки-1, Углеводы-17
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-2 543, Белки-25, Жиры-23, Углеводы-101
	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-3 026, Белки-34, Жиры-33, Углеводы-191

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

19.11.2026

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 рисовая жидкая на воде с маслом растительным** *крупа рис, масло растительное, соль иодированная*	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15
20	**Хлеб пшеничный 20 грамм**	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
180	**Чай с лимоном 180 грамм.** *лимон, чай*	Калорийность-42, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-188, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-34
	Второй завтрак	
120	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
50	**Салат из огурцов с маслом 50 грамм** *огурцы свежие, масло растительное*	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
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
50	**Бефстроганов из отварной говядины** *гуляш говяжий, лук, масло растительное, мука пшеничная*	Калорийность-86, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-3
110	**Макаронные изделия отварные с маслом растительным** *макаронные изделия, масло растительное*	Калорийность-151, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-28
150	**Компот из кураги 150 грамм** *курага медовая, сахар*	Калорийность-58, Углеводы-14
20	**Хлеб пшеничный 20 грамм**	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
30	**Хлеб ржаной 30 гр.**	Калорийность-51, Белки-1, Углеводы-11
	Итого за Обед	Калорийность-535, Белки-15, Жиры-17, Углеводы-83
	Полдник	
30	**Кондитерское изделие промышленного производства 30 грамм**	Калорийность-126, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21
150	**Чай с сахаром 150 гр.** *сахар, чай*	Калорийность-35, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-161, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-30
	Итого за день	Калорийность-955, Белки-22, Жиры-25, Углеводы-165

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

19.11.2026

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, масло растительное, сахар, соль иодированная*	Калорийность-143, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-19
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
180	**Чай с лимоном 180 грамм.** *сахар, лимон, чай*	Калорийность-42, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-278, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-51
	Второй завтрак	
150	**Компот из свежих яблок 150 грамм** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
60	**Салат из огурцов с маслом 60 гр.** *огурцы свежие, масло растительное*	Калорийность-47, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
180	**Суп гороховый (без гренок) 180** *картофель, крупа горох, морковь, лук, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-113, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-14
70	**Бефстроганов из отварной говядины 70 гр.** *гуляш говяжий, лук, мука рисовая, масло растительное*	Калорийность-151, Белки-12, Жиры-10, Углеводы-4
150	**Макаронные изделия отварные (безглютеновые) 150** *макароны (кукруз, рис), масло растительное*	Калорийность-203, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-37
180	**Компот из кураги 180 грамм** *курага медовая, сахар*	Калорийность-72, Белки-1, Углеводы-17
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-679, Белки-22, Жиры-23, Углеводы-95
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Печенье безглютеновое 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-1 209, Белки-30, Жиры-33, Углеводы-197

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

19.11.2026

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, масло растительное, сахар, соль иодированная*	Калорийность-107, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
180	***Чай с лимоном 180 грамм*** *сахар, лимон, чай*	Калорийность-49, Углеводы-12
	Итого за Завтрак	Калорийность-249, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-48
	Второй завтрак	
120	***Компот из свежих яблок*** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
50	***Салат из огурцов с маслом 50 грамм*** *огурцы свежие, масло растительное*	Калорийность-46, Белки-1, Жиры-4, Углеводы-2
150	***Суп гороховый (без гренок)*** *картофель, крупа горох, морковь, лук, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-77, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-9
50	***Бефстроганов из отварной говядины*** *гуляш говяжий, лук, мука рисовая, масло растительное*	Калорийность-86, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-3
110	***Макаронные изделия отварные (безглютеновые)*** *макароны (кукруз, рис), масло растительное*	Калорийность-151, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-28
150	***Компот из кураги 150 грамм*** *курага медовая, сахар*	Калорийность-58, Углеводы-14
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-511, Белки-13, Жиры-17, Углеводы-77
	Полдник	
30	***Кондитерское изделие промышленного производства 30 грамм***	Печенье безглютеновое Калорийность-126, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-21
150	***Чай с сахаром 150 гр.*** *сахар, чай*	Калорийность-35, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-161, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-30
	Итого за день	Калорийность-992, Белки-19, Жиры-25, Углеводы-173