18.11.2026

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
180	***Чай с сахаром 180 грамм.*** *чай, сахар*	Калорийность-43, Углеводы-11
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	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	
150/10	***Щи из свежей капусты с картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ*** *капуста, картофель, гуляш говяжий, морковь, лук, томатная паста , масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-64, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-5
130	***Плов из птицы 130 гр.*** *филе грудки куринное, крупа рис, морковь, масло растительное, лук*	Калорийность-193, Белки-9, Жиры-11, 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-411, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-56
	Полдник	
30	***Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молока***	Калорийность-98, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-16
180	***Чай с сахаром 180 грамм*** *чай, сахар*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Полдник	Калорийность-141, Белки-2, Жиры-3, Углеводы-27
	Итого за день	Калорийность-892, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-152

18.11.2026

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 ассорти на воде с маслом растительным (пшенично-ячневая)*** *крупа пшеничная, крупа ячневая, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-16
180	***Чай с сахаром 180 грамм.*** *чай, сахар*	Калорийность-43, Углеводы-11
20	***Хлеб пшеничный 20 грамм***	Калорийность-39, Белки-2, Углеводы-8
	Итого за Завтрак	Калорийность-197, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-35
	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	
150/10	***Щи из свежей капусты с картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ*** *капуста, картофель, гуляш говяжий, морковь, томатная паста , лук, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-64, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-5
130	***Плов из птицы 130 гр.*** *филе грудки куринное, крупа рис, морковь, масло растительное, лук*	Калорийность-193, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15
180	***Компот из свежих яблок 180 гр.*** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
30	***Хлеб пшеничный 30 грамм***	Калорийность-59, Белки-3, Углеводы-11
20	***Хлеб ржаной 20 грамм.***	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-411, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-54
	Полдник	
30	***Кондитерское изделие промышленного производства без содержания молочных продуктов***	Калорийность-92, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-12
180	***Чай с сахаром 180 грамм.*** *чай, сахар*	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Полдник	Калорийность-135, Белки-5, Жиры-3, Углеводы-23
	Итого за день	Калорийность-834, Белки-28, Жиры-23, Углеводы-134

18.11.2026

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 молочная ассорти (пшенично-ячневая) 200 гр.***	Калорийность-169, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-21
	молоко пастеризованное, крупа ячневая, крупа пшеничная, соль иодированная, масло крестьянское, сахар	
20/10	***Бутерброд с сыром 20/10***	Калорийность-80, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-10
	хлеб пшеничный, сыр	
200	***Какао с молоком 200/***	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16
	молоко пастеризованное, сахар, какао порошок	
	Итого за Завтрак	Калорийность-364, Белки-14, Жиры-14, Углеводы-47
	Второй завтрак	
150	***Сок в ассортименте 150/***	Калорийность-70, Углеводы-17
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-70, Углеводы-17
	Обед	
180/10/5	***Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной 180/10/5***	Калорийность-83, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-6
	капуста, картофель, гуляш говяжий, морковь, лук, томатная паста , сметана, масло растительное, зелень сушеная	
200	***Плов из птицы 200 гр.***	Калорийность-269, Белки-12, Жиры-14, Углеводы-25
	филе грудки куринное, крупа рис, морковь, масло растительное, лук	
200	***Компот из свежих яблок 200 гр.***	Калорийность-81, Углеводы-20
	яблоки, сахар	
30	***Хлеб пшеничный 30 грамм***	Калорийность-59, Белки-3, Углеводы-11
20	***Хлеб ржаной 20 грамм.***	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-526, Белки-20, Жиры-19, Углеводы-70
	Полдник	
50	***Мучное изделие промышленного производства в ассортименте 50.***	Калорийность-147, Белки-1, Жиры-1, Углеводы-35
200	***Молоко питьевое кипяченое 200 гр.***	Калорийность-118, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-265, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-44
	Итого за день	Калорийность-1 225, Белки-41, Жиры-40, Углеводы-178

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

18.11.2026

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 молочная ассорти (пшенично-ячневая)** молоко пастеризованное, крупа ячневая, крупа пшеничная, соль иодированная, масло крестьянское, сахар	Калорийность-130, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-19
20/10	**Бутерброд с сыром 20/10 гр.** хлеб пшеничный, сыр	Калорийность-69, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7
180	**Какао с молоком 180/** молоко пастеризованное, сахар, какао порошок	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-287, Белки-11, Жиры-10, Углеводы-39
	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	
150/10/5	**Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной** капуста, картофель, гуляш говяжий, морковь, лук, сметана, томатная паста , масло растительное, зелень сушеная	Калорийность-69, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-5
130	**Плов из птицы 130 гр.** филе грудки куринное, крупа рис, морковь, масло растительное, лук	Калорийность-193, Белки-9, Жиры-11, Углеводы-15
180	**Компот из свежих яблок 180 гр.** яблоки, сахар	Калорийность-61, Углеводы-15
30	**Хлеб пшеничный 30 грамм**	Калорийность-59, Белки-3, Углеводы-11
20	**Хлеб ржаной 20 грамм.**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-416, Белки-17, Жиры-15, Углеводы-54
	Полдник	
50	**Мучное изделие промышленного производства в ассортименте 50**	Калорийность-149, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-27
180	**Молоко питьевое кипяченое 180 гр.**	Калорийность-107, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-9
	Итого за Полдник	Калорийность-256, Белки-7, Жиры-10, Углеводы-36
	Итого за день	Калорийность-1 050, Белки-36, Жиры-35, Углеводы-151