АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

11.11.2026

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 пшенная жидкая 200 гр.** *молоко пастеризованное, крупа пшено, соль иодированная, масло крестьянское, сахар*	Калорийность-162, Белки-4, Жиры-7, Углеводы-20
200	**Какао с молоком 200/** *молоко пастеризованное, сахар, какао порошок*	Калорийность-115, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-16
20/10	**Бутерброд с маслом 20/10** *хлеб пшеничный, масло крестьянское*	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10
	Итого за Завтрак	Калорийность-388, Белки-9, Жиры-18, Углеводы-46
	Второй завтрак	
150	**Компот из свежих яблок 150 грамм** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
180/15/5	**Борщ с мелкошинкованными овощями с курицей и сметаной 180/15/5** *цыплята, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатная паста , сметана, масло крестьянское, зелень сушеная*	Калорийность-96, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-9
70	**Биточки рубленые из птицы запеченные 70 гр.** *филе грудки куринное, хлеб пшеничный, молоко пастеризованное, лук, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-156, Белки-9, Жиры-9, Углеводы-10
150	**Макаронные изделия отварные 150 гр.** *макаронные изделия, масло крестьянское*	Калорийность-178, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-36
180	**Компот из смеси сухофруктов 180 гр.** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-62, Углеводы-15
20	**Хлеб пшеничный 20 гр.**	Калорийность-38, Углеводы-9
30	**Хлеб ржаной 30 грамм**	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10
	Итого за Обед	Калорийность-581, Белки-18, Жиры-17, Углеводы-89
	Полдник	Детское суфле
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Калорийность-148, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-25
200	**Чай с сахаром 200 гр.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Полдник	Калорийность-199, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-38
	Итого за день	Калорийность-1 229, Белки-30, Жиры-39, Углеводы-188

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

11.11.2026

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 пшенная жидкая 150 гр.** молоко пастеризованное, крупа пшено, соль иодированная, масло крестьянское, сахар	Калорийность-131, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-17
180	**Какао с молоком 180/** молоко пастеризованное, сахар, какао порошок	Калорийность-88, Белки-3, Жиры-3, Углеводы-13
20/10	**Бутерброд с маслом 20/10** хлеб пшеничный, масло крестьянское	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10
	Итого за Завтрак	Калорийность-330, Белки-10, Жиры-15, Углеводы-40
	Второй завтрак	
120	**Компот из свежих яблок** яблоки, сахар	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
150/15/5	**Борщ с мелкошинкованными овощями с курицей и сметаной** цыплята, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, сметана, томатная паста , масло крестьянское, зелень сушеная	Калорийность-87, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-7
60	**Биточки рубленые из птицы запеченные** филе грудки куринное, хлеб пшеничный, лук, молоко пастеризованное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное	Калорийность-126, Белки-7, Жиры-8, Углеводы-8
110	**Макаронные изделия отварные 110 грамм** макаронные изделия, масло крестьянское	Калорийность-114, Белки-2, Жиры-2, Углеводы-23
150	**Компот из смеси сухофруктов 150 гр.** сухофрукты, сахар	Калорийность-46, Углеводы-11
20	**Хлеб пшеничный 20 гр.**	Калорийность-38, Углеводы-9
30	**Хлеб ржаной 30 грамм**	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10
	Итого за Обед	Калорийность-462, Белки-15, Жиры-15, Углеводы-68
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Печенье сдобное 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-1 046, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-160

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

11.11.2026

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 пшенная жидкая на воде с маслом растительным** *крупа пшено, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-111, 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-247, 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	**Борщ с капустой и картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ** *цыплята, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатная паста , масло растительное, сахар, зелень сушеная*	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-10
110	**Макаронные изделия отварные (безглютеновые)** *макароны (кукруз, рис), масло растительное*	Калорийность-151, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-28
150	**Компот из смеси сухофруктов 150 гр.** *сухофрукты, сахар*	60г биточки из птицы запеченные Калорийность-46, Углеводы-11
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-382, Белки-6, Жиры-8, Углеводы-70
	Полдник	
50	**Кондитерское изделие промышленного производства 50 гр.**	Печенье безглютеновое 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-883, Белки-13, Жиры-16, Углеводы-169

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

11.11.2026

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 пшенная жидкая на воде с маслом растительным 200***	Калорийность-142, Белки-4, Жиры-6, Углеводы-19
	крупа пшено, соль иодированная, масло растительное, сахар	
200	***Чай с сахаром 200 грамм.***	Калорийность-51, Углеводы-13
	сахар, чай	
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Завтрак	Калорийность-286, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-53
	Второй завтрак	
150	***Компот из свежих яблок 150 грамм***	Калорийность-61, Углеводы-15
	яблоки, сахар	
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
180/10	***Борщ с капустой и картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ 180/10***	Калорийность-113, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-13
	цыплята, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатная паста , масло растительное, сахар, зелень сушеная	
70	***Биточки рубленые из птицы запеченные (без хлеба пшеничного) 70***	Калорийность-141, Белки-10, Жиры-10, Углеводы-4
	филе грудки куринное, лук, мука рисовая, масло растительное	
150	***Макаронные изделия отварные (безглютеновые) 150***	Калорийность-203, Белки-3, Жиры-5, Углеводы-37
	макароны (кукруз, рис), масло растительное	
180	***Компот из смеси сухофруктов 180 грамм***	Калорийность-62, Углеводы-15
	сухофрукты, сахар	
20	***Хлебцы***	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-612, Белки-18, Жиры-20, Углеводы-90
	Полдник	
50	***Кондитерское изделие промышленного производства 50 грамм***	Печенье бурлобеспковое Калорийность-162, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-21
200	***Чай с сахаром 200 грамм.***	Калорийность-51, Углеводы-13
	сахар, чай	
	Итого за Полдник	Калорийность-213, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-34
	Итого за день	Калорийность-1 172, Белки-25, Жиры-34, Углеводы-192

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

11.11.2026

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 пшенная жидкая на воде с маслом растительным** *крупа пшено, соль иодированная, масло растительное, сахар*	Калорийность-111, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-15
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-193, 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	
150/10	**Борщ с капустой и картофелем с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ** *цыплята, свекла, картофель, капуста, морковь, лук, томатная паста , масло растительное, сахар, зелень сушеная*	Калорийность-92, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-10
60	**Биточки рубленые из птицы запеченные 60** *филе грудки куринное, хлеб пшеничный, лук, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-123, Белки-7, Жиры-7, Углеводы-7
110	**Макаронные изделия отварные с маслом растительным** *макаронные изделия, масло растительное*	Калорийность-151, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-28
150	**Компот из смеси сухофруктов 150 гр.** *сухофрукты, сахар*	Калорийность-46, Углеводы-11
20	**Хлеб пшеничный 20 гр.**	Калорийность-38, Углеводы-9
30	**Хлеб ржаной 30 грамм**	Калорийность-51, Белки-2, Углеводы-10
	Итого за Обед	Калорийность-501, Белки-14, Жиры-15, Углеводы-75
	Полдник	
30	**Кондитерское изделие промышленного производства 30 грамм**	Печенье затяжное 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-926, Белки-21, Жиры-23, Углеводы-157