17.11.2026

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 манная жидкая 200 гр.** молоко пастеризованное, крупа манная, масло крестьянское, сахар, соль иодированная	Калорийность-169, Белки-6, Жиры-7, Углеводы-21
20/10	**Бутерброд с маслом 20/10** хлеб пшеничный, масло крестьянское	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10
200	**Чай с сахаром 200 гр.** сахар, чай	Калорийность-51, Углеводы-13
	Итого за Завтрак	Калорийность-331, Белки-8, Жиры-14, 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	
180/10/5	**Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной 180/10/5** картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, сметана, масло крестьянское, зелень сушеная	Калорийность-88, Белки-5, Жиры-4, Углеводы-9
70	**Филе птицы запеченное с яйцом 70 гр.** филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное	Калорийность-125, Белки-9, Жиры-8, Углеводы-3
150	**Пюре картофельное 150 гр.** картофель, молоко пастеризованное, масло крестьянское	Калорийность-143, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-24
180	**Компот из изюма 180 гр.** изюм, сахар	Калорийность-58, Углеводы-14
30	**Хлеб пшеничный 30 гр.**	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-13
20	**Хлеб ржаной 20 грамм.**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-506, Белки-19, Жиры-16, Углеводы-71
	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-1 097, Белки-30, Жиры-34, Углеводы-168

Печенье сдобное

17.11.2026

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
180	**Чай с сахаром 180 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-43, Углеводы-11
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Завтрак	Калорийность-243, 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	**Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-7
50	**Филе птицы припущенное** *филе грудки куринное, морковь, лук*	Калорийность-93, Белки-8, Жиры-7
120	**Картофель толченый по-деревенски** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
150	**Компот из изюма 150 грамм.** *изюм, сахар*	Калорийность-52, Углеводы-13
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-449, Белки-14, Жиры-19, Углеводы-56
	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-954, Белки-21, Жиры-27, Углеводы-157

Детские безглютеновое

17.11.2026

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
200	**Чай с сахаром 200 грамм.** *сахар, чай*	Калорийность-51, Углеводы-13
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Завтрак	Калорийность-287, Белки-5, Жиры-6, Углеводы-53
	Второй завтрак	
150	**Компот из свежих яблок 150 грамм** *яблоки, сахар*	Калорийность-61, Углеводы-15
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-61, Углеводы-15
	Обед	
180/10	**Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ 180/10** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-97, Белки-5, Жиры-5, Углеводы-9
70	**Филе птицы припущенное 70** *филе грудки куринное, морковь, лук*	Калорийность-129, Белки-11, Жиры-9, Углеводы-1
150	**Картофель толченый по-деревенски 150** *картофель, масло растительное*	Калорийность-172, Белки-3, Жиры-10, Углеводы-19
180	**Компот из изюма 180 грамм.** *изюм, сахар*	Калорийность-58, Углеводы-14
20	**Хлебцы**	Калорийность-93, Белки-1, Углеводы-21
	Итого за Обед	Калорийность-549, Белки-20, Жиры-24, Углеводы-64
	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-1 096, Белки-28, Жиры-34, Углеводы-170

17.11.2026

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 манная жидкая на воде с маслом растительным** *крупа манная, масло растительное, сахар, соль иодированная*	Калорийность-96, Белки-2, Жиры-4, Углеводы-13
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-178, Белки-4, Жиры-4, Углеводы-32
	Второй завтрак	
120	**Компот из свежих яблок** *яблоки, сахар*	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
150/10	**Рассольник "Домашний" с мясом БЕЗ СМЕТАНЫ** *картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, морковь, масло растительное, зелень сушеная*	Калорийность-73, Белки-3, Жиры-4, Углеводы-7
50	**Филе птицы запеченное с яйцом 50 гр.** *филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное*	Калорийность-91, Белки-6, Жиры-6, Углеводы-2
120	**Картофель толченый по-деревенски** *картофель, масло растительное*	Калорийность-138, Белки-2, Жиры-8, Углеводы-15
150	**Компот из изюма 150 грамм.** *изюм, сахар*	Калорийность-52, Углеводы-13
20	**Хлеб ржаной 20 грамм.**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
30	**Хлеб пшеничный 30/**	Калорийность-59, Белки-1, Углеводы-13
	Итого за Обед	Калорийность-447, Белки-13, Жиры-18, Углеводы-58
	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-865, Белки-19, Жиры-26, Углеводы-140

АДОУ "Юргинский детский сад Юргинского муниципального района"

17.11.2026

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 манная жидкая 150 гр.** молоко пастеризованное, крупа манная, масло крестьянское, сахар, соль иодированная	Калорийность-133, Белки-4, Жиры-5, Углеводы-19
20/10	**Бутерброд с маслом 20/10** хлеб пшеничный, масло крестьянское	Калорийность-111, Белки-2, Жиры-7, Углеводы-10
180	**Чай с сахаром 180 гр.** сахар, чай	Калорийность-43, Углеводы-11
	Итого за Завтрак	Калорийность-287, Белки-6, Жиры-12, Углеводы-40
	Второй завтрак	
120	**Компот из свежих яблок** яблоки, сахар	Калорийность-71, Углеводы-18
	Итого за Второй завтрак	Калорийность-71, Углеводы-18
	Обед	
150/10/5	**Рассольник "Домашний" с мясом со сметаной 150/10/5** картофель, гуляш говяжий, капуста, огурцы консервированные, лук, сметана, морковь, масло крестьянское, зелень сушеная	Калорийность-70, Белки-4, Жиры-3, Углеводы-7
50	**Филе птицы запеченное с яйцом 50 гр.** филе грудки куринное, яйцо 40 г, мука пшеничная, масло растительное	Калорийность-91, 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 изюма 150 гр.** изюм, сахар	Калорийность-52, Углеводы-13
30	**Хлеб пшеничный 30 гр.**	Калорийность-58, Белки-1, Углеводы-13
20	**Хлеб ржаной 20 грамм.**	Калорийность-34, Белки-1, Углеводы-8
	Итого за Обед	Калорийность-422, Белки-15, Жиры-13, Углеводы-62
	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-971, Белки-24, Жиры-29, Углеводы-156