**Меню на 2 ноября 2026 г.**
**МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"**
**возрастная группа от 2 до 3 лет.**

| Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | N рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Понедельник** | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша пшенная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным | 217 | 7,47 | 8,54 | 30,24 | 227,3 | № 96 |
| Бутерброд с маслом | 28 | 1,73 | 5,27 | 10,33 | 96,33 | № 1 |
| Чай с сахаром | 119 | 0,03 | 0,01 | 5,54 | 22,21 | № 392 |
| **Итого за завтрак** | **405** | **9,23** | **13,8** | **46,1** | **346** | |
| **II Завтрак** | | | | | | |
| Сок | 161 | 4,2 | 4,64 | 5,8 | 85,49 | № 251 |
| **Итого за II завтак** | **200** | **4,2** | **4,64** | **5,8** | **85,5** | |
| **Обед** | | | | | | |
| Капуста тушеная 30/50 | 34 | 0,54 | 1,01 | 2,58 | 21,49 | № 336 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками +N121 | 135 | 1,65 | 1,65 | 10,2 | 62,85 | № 82 |
| Мясные фрикадельки (ф) | 14 | 2,69 | 1,4 | 0,11 | 23,86 | № 121 |
| Шницель рубленый (фарш) | 41 | 6,07 | 4,51 | 6,13 | 89,32 | № 282 |
| Каша рисовая рассыпчатая (гарнир) | 136 | 3,26 | 5,44 | 33,27 | 198,6 | № 314 |
| Напиток из шиповника | 140 | 0,47 | 0,19 | 15,3 | 73,89 | № 533 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 31 | 2,07 | 0,31 | 12,47 | 58,94 | № 1 |
| **Итого за обед** | **691** | **16,8** | **14,5** | **80,1** | **529** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| Булочка дорожная | 50 | 3,55 | 7,4 | 28,05 | 194 | № 470 |

**Меню на 2 ноября 2026 г.**
**МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"**
**возрастная группа от 3 до 7 лет.**

| Наименование блюда | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Ккал | N рецептуры |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Понедельник** | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Каша пшенная жидкая на сгущенном молоке с маслом сливочным | 256 | 8,81 | 10,07 | 35,67 | 268,2 | № 96 |
| Бутерброд с маслом | 35 | 2,17 | 6,58 | 12,92 | 120,4 | № 1 |
| Чай с сахаром | 140 | 0,03 | 0,01 | 6,52 | 26,13 | № 392 |
| **Итого за завтрак** | **405** | **11,01** | **16,7** | **55,11** | **415** | |
| **II Завтрак** | | | | | | |
| Сок | 184 | 4,8 | 5,3 | 6,62 | 97,7 | № 251 |
| **Итого за II завтак** | **200** | **4,8** | **5,3** | **6,62** | **97,7** | |
| **Обед** | | | | | | |
| Капуста тушеная 30/50 | 58 | 0,92 | 1,72 | 4,41 | 36,66 | № 336 |
| Суп картофельный с макаронными изделиями с мясными фрикадельками +N121 | 165 | 2,02 | 2,02 | 12,47 | 76,82 | № 82 |
| Мясные фрикадельки (ф) | 23 | 4,42 | 2,3 | 0,18 | 39,19 | № 121 |
| Шницель рубленый (фарш) | 65 | 9,63 | 7,15 | 9,72 | 141,6 | № 282 |
| Каша рисовая рассыпчатая (гарнир) | 160 | 3,84 | 6,4 | 39,14 | 233,6 | № 314 |
| Напиток из шиповника | 171 | 0,58 | 0,24 | 18,69 | 90,25 | № 533 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 39 | 2,6 | 0,38 | 15,68 | 74,15 | № 1 |
| **Итого за обед** | **691** | **24,01** | **20,2** | **100,3** | **692** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| Булочка дорожная | 68 | 4,83 | 10,06 | 38,15 | 263,8 | № 470 |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Чай с лимоном* | *144* | *0,06* | *0,01* | *6,82* | *27,84* | *№ 393* |
| ***Итого за полдник*** | ***260*** | ***3,61*** | ***7,41*** | ***34,9*** | ***222*** | |
| ***Итого за день*** | ***1556*** | ***33,8*** | ***40,4*** | ***167*** | ***1182*** | ***0*** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| *Чай с лимоном* | *174* | *0,08* | *0,01* | *8,24* | *33,64* | *№ 393* |
| ***Итого за полдник*** | ***260*** | ***4,95*** | ***10,1*** | ***54,77*** | ***331*** | |
| ***Итого за день*** | ***1556*** | ***44,77*** | ***52,3*** | ***216,8*** | ***1536*** | ***0*** |