Меню на 10 ноября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 2 до 3 лет.

Вторник						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**N рецептуры**
Каша жидкая манная	216	3,83	5,24	21,22	146,7	№ 185
Хлеб пшеничный	34	2,55	0,17	17	80,58	№ 1
Кофейный напиток с молоком	247	3,51	2,98	17,71	111,8	№ 395
Яйца вареные	38	4,83	4,37	0,27	59,85	№ 213
Итого за завтрак	**423**	**14,7**	**12,8**	**56,2**	**399**	
II Завтрак						
Бифидок	136	3,29	3,63	12,09	66,87	№ 251
Печенье сахарное	10	0,75	0,98	7,45	41,7	№ 45
Итого за II завтак	**200**	**4,04**	**4,61**	**19,5**	**109**	
Обед						
Икра свекольная 30/50	33	0,61	1,53	3,25	29,99	№ 54
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	155	3,41	3,26	10,08	83,55	№ 81
Рулет с луком и яицом	60	1,37	1,72	3,47	34,82	№ 54
Картофельное пюре 110/130	121	2,53	4,24	17,25	117,5	№ 321
Напиток из шиповника	141	0,48	0,2	15,41	74,42	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04	№ 1
Итого за обед	**782**	**10,4**	**11,3**	**61,5**	**397**	
Полдник						
Запеканка из творога с рисом	86	6,97	6,45	12,9	142,3	№ 120
Соус фруктовый	16	0,15	0,05	2,14	9,17	№ 119

Меню на 10 ноября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 3 до 7 лет.

Вторник						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**N рецептуры**
Каша жидкая манная	231	4,09	5,6	22,69	156,9	№ 185
Хлеб пшеничный	34	2,55	0,17	17	80,58	№ 1
Кофейный напиток с молоком	290	4,12	3,49	20,79	131,2	№ 395
Яйца вареные	38	4,83	4,37	0,27	59,85	№ 213
Итого за завтрак	**423**	**15,59**	**13,6**	**60,75**	**429**	
II Завтрак						
Бифидок	164	3,96	4,37	14,58	80,63	№ 251
Печенье сахарное	10	0,75	0,98	7,45	41,7	№ 45
Итого за II завтак	**200**	**4,71**	**5,35**	**22,03**	**122**	
Обед						
Икра свекольная 30/50	56	1,03	2,6	5,51	50,89	№ 54
Суп картофельный с бобовыми на м/к бульоне	207	4,55	4,35	13,46	111,6	№ 81
Рулет с луком и яицом	80	1,83	2,29	4,63	46,42	№ 54
Картофельное пюре 110/130	143	2,99	5,01	20,38	138,9	№ 321
Напиток из шиповника	164	0,56	0,23	17,92	86,56	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	37	2,47	0,37	14,88	70,35	№ 1
Итого за обед	**782**	**13,43**	**14,9**	**76,78**	**505**	
Полдник						
Запеканка из творога с рисом	144	11,66	10,8	21,6	238,3	№ 120
Соус фруктовый	16	0,15	0,05	2,14	9,17	№ 119

Сок фруктовый в ассортименте	*155*	*0*	*0*	*16,28*	*65,81*	*№ 399*
Итого за полдник	***294***	***7,12***	***6,5***	***31,3***	***217***	
Итого за день	***1699***	***36,3***	***35,1***	***169***	***1122***	***0***

Сок фруктовый в ассортименте	*185*	*0*	*0*	*19,43*	*78,55*	*№ 399*
Итого за полдник	***294***	***11,81***	***10,9***	***43,17***	***326***	
Итого за день	***1699***	***45,54***	***44,7***	***202,7***	***1382***	***0***