**Меню на 13 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Пятница** | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 172 | 5,43 | 4,97 | 17,96 | 138,8 | № 93 |
| Бутерброд с сыром | 40 | 8,77 | 10,43 | 26,36 | 235,9 | № 3 |
| Какао с молоком | 182 | 3,34 | 2,9 | 14,4 | 97,37 | № 397 |
| **Итого за завтрак** | **410** | **17,5** | **18,3** | **58,7** | **472** | |
| **II Завтрак** | | | | | | |
| Кефир | 140 | 3,56 | 3,08 | 4,86 | 64,34 | № 0 |
| **Итого за II завтак** | **173** | **3,56** | **3,08** | **4,86** | **64,3** | |
| **Обед** | | | | | | |
| Свекла отварная | 33 | 1,72 | 1,35 | 2,32 | 12,41 | № 310 |
| Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной | 161 | 3,12 | 3,38 | 10,92 | 86,65 | № 76 |
| Биточки рубленные (с) | 60 | 8,34 | 5,67 | 5,2 | 111,8 | № 289 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 76 | 4,09 | 3,33 | 18,18 | 120,2 | № 54 |
| Компот из свежих яблок | 209 | 0,16 | 0,16 | 15,68 | 63,65 | № 372 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 29 | 1,93 | 0,29 | 11,66 | 55,14 | № 1 |
| **Итого за обед** | **672** | **19,4** | **14,2** | **64** | **450** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| Пирожки печеные с капустой и яйцом | 66 | 4,96 | 6,89 | 22,85 | 175,7 | № 454 |
| Сок фруктовый в ассортименте | 170 | 0 | 0 | 15,22 | 61,52 | № 399 |
| **Итого за полдник** | **280** | **4,96** | **6,89** | **38,1** | **237** | |

**Меню на 13 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 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Пятница** | | | | | | |
| **Завтрак** | | | | | | |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 207 | 6,53 | 5,98 | 21,62 | 167 | № 93 |
| Бутерброд с сыром | 40 | 8,77 | 10,43 | 26,36 | 235,9 | № 3 |
| Какао с молоком | 226 | 4,15 | 3,6 | 17,88 | 120,9 | № 397 |
| **Итого за завтрак** | **410** | **19,45** | **20** | **65,86** | **524** | |
| **II Завтрак** | | | | | | |
| Кефир | 173 | 4,4 | 3,8 | 6 | 79,5 | № 0 |
| **Итого за II завтак** | **173** | **4,4** | **3,8** | **6** | **79,5** | |
| **Обед** | | | | | | |
| Свекла отварная | 55 | 2,86 | 2,24 | 3,87 | 20,68 | № 310 |
| Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной | 216 | 4,19 | 4,54 | 14,64 | 116,3 | № 76 |
| Биточки рубленные (с) | 80 | 11,12 | 7,57 | 6,94 | 149 | № 289 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 90 | 4,85 | 3,95 | 21,53 | 142,3 | № 54 |
| Компот из свежих яблок | 254 | 0,2 | 0,2 | 19,05 | 77,36 | № 372 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 36 | 2,4 | 0,36 | 14,48 | 68,45 | № 1 |
| **Итого за обед** | **672** | **25,62** | **18,9** | **80,51** | **574** | |
| **Полдник** | | | | | | |
| Пирожки печеные с капустой и яйцом | 76 | 5,71 | 7,94 | 26,31 | 202,3 | № 454 |
| Сок фруктовый в ассортименте | 183 | 0 | 0 | 16,38 | 66,23 | № 399 |
| **Итого за полдник** | **280** | **5,71** | **7,94** | **42,69** | **269** | |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ***Итого за день*** | ***1535*** | ***45,4*** | ***42,5*** | ***166*** | ***1223*** | ***0*** |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ***Итого за день*** | ***1535*** | ***55,18*** | ***50,6*** | ***195,1*** | ***1446*** | ***0*** |