

**Меню на 16 октября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад №49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 2 до 3 лет.**

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	N рецептуры
Суп молочный с макаронными	183	5,77	5,29	19,11	147,6	№ 93
Бутерброд с сыром	42	9,21	10,95	27,68	247,7	№ 3
Какао с молоком	194	3,56	3,09	15,35	103,8	№ 397
Итого за завтрак	410	18,5	19,3	62,1	499	
II Завтрак						
Кефир	135	3,43	2,97	4,68	62,04	№ 0
Итого за II завтрак	173	3,43	2,97	4,68	62	
Обед						
Свекла отварная	34	1,77	1,39	2,39	12,78	№ 310
Рассольник «Ленинградский» на	170	3,3	3,57	11,53	91,49	№ 76
Биточки рубленые (с)	60	8,34	5,67	5,2	111,8	№ 289
Каша гречневая	76	4,09	3,33	18,18	120,2	№ 54
Компот из свежих	225	0,18	0,18	16,88	68,53	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04	№ 1
Итого за обед	672	19,7	14,4	66,2	462	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой и яйцом	66	4,96	6,89	22,85	175,7	№ 454
Сок фруктовый в	127	0	0	13,34	53,92	№ 399
Итого за полдник	249	4,96	6,89	36,2	230	
Итого за день	1504	46,6	43,6	169	1253	0

**Меню на 16 октября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад №49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 3 до 7 лет.**

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	N рецептуры
Суп молочный с макаронными изделиями	219	6,91	6,33	22,87	176,7	№ 93
Бутерброд с сыром	43	9,43	11,21	28,34	253,6	№ 3
Какао с молоком	241	4,42	3,84	19,06	128,9	№ 397
Итого за завтрак	410	20,76	21,4	70,27	559	
II Завтрак						
Кефир	166	4,22	3,65	5,76	76,28	№ 0
Итого за II завтрак	173	4,22	3,65	5,76	76,3	
Обед						
Свекла отварная	56	2,91	2,28	3,94	21,06	№ 310
Рассольник «Ленинградский» на м/к	229	4,44	4,81	15,53	123,3	№ 76
Биточки рубленые (с)	80	11,12	7,57	6,94	149	№ 289
Каша гречневая	90	4,85	3,95	21,53	142,3	№ 54
Компот из свежих яблок	269	0,21	0,21	20,18	81,93	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	38	2,53	0,37	15,28	72,25	№ 1
Итого за обед	672	26,06	19,2	83,4	590	
Полдник						
Пирожки печеные с капустой и яйцом	78	5,86	8,15	27	207,7	№ 454
Сок фруктовый в	152	0	0	15,96	64,54	№ 399
Итого за полдник	249	5,86	8,15	42,96	272	
Итого за день	1504	56,9	52,4	202,4	1497	0