Меню на 19 ноября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 2 до 3 лет.

Четверг						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**N рецептуры**
Суп молочный с макаронными изделиями	177	5,59	5,11	18,49	142,8	№ 93
Бутерброд с маслом	31	2,3	7	13,73	128	№ 1
Какао с молоком	180	3,3	2,87	14,24	96,3	№ 397
Итого за завтрак	**415**	**11,2**	**15**	**46,5**	**367**	
II Завтрак						
Кефир	132	3,87	3,34	5,28	69,96	№ 0
Итого за II завтак	**150**	**3,87**	**3,34**	**5,28**	**70**	
Обед						
Огурец соленый	20	0,13	0	0,39	2,24	№ 70
Суп картофельный с рыбой	148	15,73	4,42	11,36	148,4	№ 73
Котлета рыбная	50	7,93	7,44	3,06	111	№ 42
Рагу из овощей +N348	180	2,88	13,6	16,31	199,2	№ 137
Компот из свежих яблок	199	0,15	0,15	14,93	60,61	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	32	2,13	0,32	12,87	60,84	№ 1
Итого за обед	**682**	**29**	**25,9**	**58,9**	**582**	
Полдник						
Сырники из творога	76	14,2	9,63	8,66	177,8	№ 231
соус молочный сладкий	10	0,36	1,13	1,24	16,58	№ 353
чай с сахаром	150	0,03	0,01	6,98	28	№ 392
Итого за полдник	**335**	**15,9**	**10,9**	**25,5**	**263**	
Итого за день	**1582**	**59,9**	**55,1**	**136**	**1282**	**0**

Меню на 19 ноября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 3 до 7 лет.

Четверг						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**N рецептуры**
Суп молочный с макаронными изделиями	199	6,28	5,75	20,78	160,5	№ 93
Бутерброд с маслом	36	2,67	8,13	15,94	148,6	№ 1
Какао с молоком	211	3,87	3,37	16,69	112,9	№ 397
Итого за завтрак	**415**	**12,82**	**17,3**	**53,41**	**422**	
II Завтрак						
Кефир	165	4,84	4,18	6,6	87,45	№ 0
Итого за II завтак	**150**	**4,84**	**4,18**	**6,6**	**87,5**	
Обед						
Огурец соленый	34	0,22	0	0,67	3,81	№ 70
Суп картофельный с рыбой	188	19,98	5,62	14,43	188,5	№ 73
Котлета рыбная	80	12,69	11,91	4,89	177,6	№ 42
Рагу из овощей +N348	245	3,92	18,51	22,2	271,1	№ 137
Компот из свежих яблок	240	0,19	0,19	18	73,09	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	35	2,33	0,35	14,07	66,55	№ 1
Итого за обед	**682**	**39,33**	**36,6**	**74,26**	**781**	
Полдник						
Сырники из творога	108	20,19	13,68	12,31	252,7	№ 231
соус молочный сладкий	12	0,43	1,36	1,49	19,9	№ 353
чай с сахаром	20	0	0	0,93	3,73	№ 392
Итого за полдник	**480**	**20,62**	**15**	**15,43**	**279**	
Итого за день	**1727**	**77,61**	**73,1**	**149,7**	**1569**	**0**