Меню на 20 ноября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 2 до 3 лет.

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**N рецептуры**
Каша молочная кукурузная жидкая	188	4,88	5,66	20,95	151,5	№ 161
Бутерброд с сыром	63	13,82	16,42	41,52	371,5	№ 3
Кофейный напиток с молоком	223	3,33	2,83	16,83	106,2	№ 395
Итого за завтрак	**420**	**22**	**24,9**	**79,3**	**629**	
II Завтрак						
Ряженка	158	5,5	6,07	7,58	111,9	№ 251
Печенье сахарное	5	0,38	0,49	3,73	20,85	№ 45
Итого за II завтак	**170**	**5,88**	**6,56**	**11,3**	**133**	
Обед						
Икра свекольная 30/50	30	0,55	1,39	2,95	27,26	№ 54
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	150/5	3,88	4,2	13,56	107,6	№ 76
Запеканка картофельная с фаршем мясным	120	9,72	9	18	198,6	№ 120
Соус сметанный	30	0,55	1,51	2,36	25,24	№ 354
Чай с лимоном	176	0,08	0,01	8,33	34,03	№ 393
Хлеб ржано-пшеничный	37	2,47	0,37	14,88	70,35	№ 1
Итого за обед	**590**	**17,3**	**16,5**	**60,1**	**463**	
Полдник						
Булочка «Домашняя»	61	3,2	4,27	15,48	126	№ 274
Сок	10	0,26	0,29	0,36	5,31	№ 251
Итого за полдник	**495**	**4,78**	**4,66**	**31,4**	**200**	

Меню на 20 ноября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад N49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 3 до 7 лет.

Пятница						
Завтрак						
Наименование блюда	**Вес блюда**	**Белки**	**Жиры**	**Углеводы**	**Ккал**	**N рецептуры**
Каша молочная кукурузная жидкая	256	6,64	7,71	28,53	206,3	№ 161
Бутерброд с сыром	62	13,6	16,16	40,86	365,6	№ 3
Кофейный напиток с молоком	249	3,72	3,16	18,79	118,6	№ 395
Итого за завтрак	**420**	**23,96**	**27**	**88,18**	**691**	
II Завтрак						
Ряженка	197	6,86	7,56	9,46	139,5	№ 251
Печенье сахарное	9	0,68	0,88	6,71	37,53	№ 45
Итого за II завтак	**170**	**7,54**	**8,44**	**16,17**	**177**	
Обед						
Икра свекольная 30/50	51	0,94	2,37	5,02	46,35	№ 54
Рассольник «Ленинградский» на м/к бульоне со сметаной	180/8	3,88	4,2	13,56	107,6	№ 76
Запеканка картофельная с фаршем мясным	160	12,96	12	24	264,8	№ 120
Соус сметанный	30	0,55	1,51	2,36	25,24	№ 354
Чай с лимоном	237	0,11	0,01	11,22	45,82	№ 393
Хлеб ржано-пшеничный	39	2,6	0,38	15,68	74,15	№ 1
Итого за обед	**590**	**21,04**	**20,5**	**71,84**	**564**	
Полдник						
Булочка «Домашняя»	81	4,25	5,67	20,55	167,4	№ 274
Сок	12	0,31	0,35	0,43	6,37	№ 251
Итого за полдник	**640**	**4,56**	**6,02**	**22,61**	**180**	

Итого за день	***1675***	***49,9***	***52,6***	***182***	***1425***	***0***

Итого за день	***1820***	***57,1***	***62***	***198,8***	***1612***	***0***