

**Меню на 26 октября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад №49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 2 до 3 лет.**

Понедельник						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	N рецепту ры
Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	112	4,37	5	18,53	134,4	№ 99
Чай с сахаром	89	0,02	0	4,14	16,61	№ 392
Бутерброд с маслом	29	2,15	6,55	12,84	119,7	№ 1
Итого за завтрак	385	6,54	11,6	35,5	271	
II Завтрак						
Мандарины	162	6,16	0,81	33,7	167,5	№ 205
Итого за II завтрак	100	6,16	0,81	33,7	168	
Обед						
Борщ с фасолью и	153	2,82	3,1	8,25	73,67	№ 63
Тефтели (ф) +N331	51	5,58	6,19	7,37	107,8	№ 278
Соус сметанный с	14	0,24	0,7	0,98	11,21	№ 331
Макаронные изделия	127	4,83	0,64	21,53	131,3	№ 205
Икра морковная 30/50	21	0,37	1,34	1,87	21,67	№ 328
Напиток из шиповника	140	0,47	0,19	15,3	73,89	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	30	2	0,3	12,06	57,04	№ 1
Хлеб пшеничный	27	2,03	0,14	13,5	63,99	№ 1
Итого за обед	712	18,3	12,6	80,9	541	
Полдник						
Пудинг из творога с	122	15,15	12,81	17,79	260,4	№ 240
Итого за день	1497	46,6	38	185	1310	0

**Меню на 26 октября 2026 г.
МБДОУ "Детский сад №49 "Лесная сказка"
возрастная группа от 3 до 7 лет.**

Понедельник						
Завтрак						
Наименование блюда	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	N рецепту ры
Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	129	5,04	5,76	21,35	154,8	№ 99
Чай с сахаром	112	0,02	0,01	5,21	20,91	№ 392
Бутерброд с маслом	33	2,45	7,45	14,61	136,2	№ 1
Итого за завтрак	385	7,51	13,2	41,17	312	
II Завтрак						
Мандарины	216	8,21	1,08	44,93	223,3	№ 205
Итого за II завтрак	100	8,21	1,08	44,93	223	
Обед						
Борщ с фасолью и	192	3,53	3,89	10,35	92,45	№ 63
Тефтели (ф) +N331	63	6,9	7,64	9,1	133,2	№ 278
Соус сметанный с	23	0,4	1,15	1,61	18,42	№ 331
Макаронные изделия	138	5,24	0,69	23,4	142,7	№ 205
Икра морковная 30/50	34	0,6	2,18	3,03	35,09	№ 328
Напиток из шиповника	161	0,55	0,22	17,59	84,97	№ 533
Хлеб ржано-пшеничный	32	2,13	0,32	12,87	60,84	№ 1
Хлеб пшеничный	27	2,03	0,14	13,5	63,99	№ 1
Итого за обед	712	21,38	16,2	91,45	632	
Полдник						
Пудинг из творога с	151	18,75	15,86	22,02	322,3	№ 240
Итого за день	1487	55,95	46,5	212,8	1544	0