Меню на 30 октября 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						
Каша жидкая манная	216	3,44	4,71	19,1	132	№ 185
Бутерброд с сыром	37	8,12	9,64	24,38	218,2	№ 3
Какао с молоком	240	4,4	3,83	18,98	128,4	№ 397
Итого за завтрак	**400**	**16**	**18,2**	**62,5**	**479**	
II Завтрак						
Кефир	156	3,43	2,96	4,68	62,01	№ 0
Итого за II завтак	**200**	**3,43**	**2,96**	**4,68**	**62**	
Обед						
Икра свекольная 30/50	51	1,18	2,96	6,32	57,94	№ 54
Рассольник домашний со сметаной	190	3,91	4,9	9,9	99,23	№ 54
Биточки мясные (с)	60	0,9	0,3	12,6	57	№ 368
Каша гречневая	72	3,6	2,93	15,99	105,7	№ 54
Компот из свежих яблок	209	0,16	0,16	15,68	63,65	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	31	2,07	0,31	12,47	58,94	№ 1
Итого за обед	**732**	**11,8**	**11,6**	**73**	**443**	
Полдник						
Ватрушка королевская с	131	45,85	17,62	28,3	289,3	№ 0
Чай с лимоном	160	0,07	0,01	7,57	30,93	№ 393
Итого за полдник	**460**	**45,9**	**17,6**	**46,5**	**363**	
Итого за день	**1792**	**77,1**	**50,3**	**187**	**1347**	**0**

Меню на 30 октября 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						
Каша жидкая манная	245	3,91	5,35	21,66	149,8	№ 185
Бутерброд с сыром	37	8,12	9,64	24,38	218,2	№ 3
Какао с молоком	299	5,49	4,77	23,65	160	№ 397
Итого за завтрак	**400**	**17,52**	**19,8**	**69,69**	**528**	
II Завтрак						
Кефир	260	5,72	4,94	7,8	103,4	№ 0
Итого за II завтак	**200**	**5,72**	**4,94**	**7,8**	**103**	
Обед						
Икра свекольная 30/50	84	1,95	4,87	10,42	95,42	№ 54
Рассольник домашний со сметаной	252	5,19	6,5	13,13	131,6	№ 54
Биточки мясные (с)	80	1,2	0,4	16,8	76	№ 368
Каша гречневая	92	4,6	3,75	20,44	135,1	№ 54
Компот из свежих яблок	250	0,19	0,19	18,75	76,14	№ 372
Хлеб ржано-пшеничный	33	2,2	0,33	13,27	62,74	№ 1
Итого за обед	**732**	**15,33**	**16**	**92,81**	**577**	
Полдник						
Ватрушка королевская с	182	63,7	24,48	39,31	401,9	№ 0
Чай с лимоном	224		0,01	10,6	43,31	№ 393
Итого за полдник	**460**	**45,92**	**17,6**	**46,47**	**363**	
Итого за день	**1792**	**77,13**	**50,3**	**186,6**	**1347**	**0**