

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
города Ростов-на-Дону «Детский сад № 19»  
(МБДОУ № 19)



**МЕНЮ**  
01.04.2021

Принем-линия	Наименование блюда	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	180	111	133
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Кофейный напиток с молоком	150	180	89	118,6
	Яблоки	50	50	18,5	18,5
	Итого за завтрак	355	415	315	387
2-й завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Борщ "Украинский"	150	200	66	88,89
	Мясо отварное, тушеное с овощами	138	175	207,2	283
	Овощи соленые	30	50	12	20
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Итого за обед	468	605	454	598
Полдник	Рыба запеченная в омлете	83	96	159	184
	Хлеб пшеничный	30	41	60	81
	Каша рассыпчатая перловая	90	90	125	125
	Свекла отварная	40	50	19	33,21
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Сыр порционный	10	15	30	54
	Итого за полдник	403	451	439	532
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за ужин	200	250	173	264
	Всего за день			1427	1827