

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



**МЕНЮ**  
 01.10.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Яйцо отварное				
	Каша пшенная молочная жидкая	20	20	28,5	28,5
	Масло сливочное порционное	150	180	155,8	199,4
	Чай с сахаром	5	5	37,4	37,4
	Хлеб пшеничный	180	200	46,8	52
	Итого за завтрак	30	40	60	80
2-й завтрак	Сок	355	405	328,5	397,3
	Итого 2-й завтрак	100	102	46	46,5
Обед	Суп картофельный с бобовыми	100	102	46	46,5
	Биточки из говядины	150	200	59,27	79
	Картофель отварной	60	70	161,6	188,5
	Свекла отварная	70	100	85,1	121,6
	Компот из смеси сухофруктов	30	50	19,93	33,21
	Хлеб ржаной	150	180	85	102
	Итого за обед	40	49	84	105
Полдник	Запеканка рисовая с творогом с повидлом	460	600	494,9	629,38
	Хлеб пшеничный	115/10	150/10	250,82	327,15
	Какао с молоком	19	28	38	56
	Фрукты	180	200	124	138,5
	Итого за полдник	95	95	35,15	35,15
Ужин	Кефир	400	455	447,97	556,8
	Кондитерские изделия	150	180	75	90
	Фрукты	20	40	87	174
	Итого за ужин	30	30	11	13
	Всего за день	200	250	173	277
				1490,37	1906,98

*Handwritten signature*