



Утверждаю:

И. О. Заведующего МБДОУ №19

М.С. Бабиева

04.08.2021

МЕНЮ
05.08.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	200	124,86	156,08
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Сыр порционный	10	14	30	42
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Кофейный напиток с молоком	180	200	118,6	131,7
	Итого за завтрак	355	421	370,46	446,78
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	200	66,67	88,89
	Плов из отварной говядины	140	180	223,16	282,14
	Салат из свежих огурцов	30	68	31,08	70,45
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	51	84	106
	Итого за обед	470	628	450,91	601
Полдник	Рыба, тушеная в томате с овощами	117	134	130,35	149,29
	Картофель отварной	70	70	85,15	85,15
	Хлеб пшеничный	30	41	60	82
	Фрукты	50	50	18,5	18,5
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Итого за полдник	417	454	340,8	386,94
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
	Всего за день			1483,17	1804