

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
03.09.2021

МЕНЮ
06.09.2021

Прим пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
	Каша манная молочная	150	180	197,5	263,4
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Кофейный напиток с молоком	150	180	98,8	118,6
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Фрукты	50	50	14,8	14,8
	Итого за завтрак	305	365	393,3	499
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп с клецками на курином бульоне	150	200	85,65	114,2
	Биточки куриные	50	67	80	106,8
	Рис отварной	100	100	108,16	108,2
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб йодированный пшеничный	40	49	84	104
	Итого за обед	450	547	442,81	535,16
Полдник	Рагу овощное	170	200	154,79	195,52
	Овощи свежие	20	20	7,5	7,5
	Хлеб пшеничный	20	31	38	48
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Итого за полдник	390	451	247,09	303,02
Ужин	Кефир	150	174	75	90
	Кондитерские изделия	12	20	87	174
	Фрукты	40	50	11	14,8
	Итого за ужин	150	174	173	279
	Всего за день			1302,20	1661,98