

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
06.09.2021

МЕНЮ
07.09.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Если в гр.	Сад в гр.	Если в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	150	203	118,83	133,69
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Кофейный напиток с молоком	180	200	118,6	131,78
	Хлеб пшеничный	30	30	60	60
	Сыр порционный	10	15	37	48,1
	Итого за завтрак	375	453	371,83	410,97
2-й завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Свекольник	150	200	62,5	75
	Жаркое по-домашнему	140	180	267,28	339
	Салат из свежих огурцов	-	50	-	55,3
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	51	134	167
	Итого за обед	480	481	509,78	690,3
Полдник	Котлета рыбная "Любительская"	60	93	92,8	111,4
	Капуста тушеная	120	150	78,4	87,16
	Хлеб пшеничный	25	43	60	80
	Чай с сахаром	150	180	46,8	52
	Сливы	30	50	18,5	20,5
	Итого за полдник	385	516	296,5	351,06
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	212
	Итого за ужин	210	250	275	302
	Всего за день			1499,11	1800,33