

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



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №19  
Н.В. Осипенко  
29.10.2021

**МЕНЮ**  
08.11.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Омлет натуральный	65	65	110,54	110,54
	Каша пшеничная рассыпчатая	70	80	86,53	98,9
	Икра кабачковая консервированная	30	58	35,7	57,12
	Масло сливочное порционное	5	5	37,5	37,5
	Кофейный напиток с молоком	180	200	98,8	118,6
	Хлеб йодированный пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	350	400	429,07	502,66
2-й завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп из овощей	150	200	69,14	92,19
	Курица в томатном соусе	60	79	107,43	141,5
	Картофельное пюре	70	100	74,88	107,0
	Огурцы соленые	20	38	2,6	4,9
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	88	110,5
	Итого за обед	450	597	427,05	558,01
Полдник	Суп молочный геркулесовый	180	200	148,54	165,04
	Хлеб йодированный пшеничный	30	41	60	82
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Фрукты	40	50	14,8	18,5
	Итого за полдник	400	453	319,4	386,1
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			1394,52	1756,77