



Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ №19  
 Н.В. Осипенко  
 08.07.2021

**МЕНЮ**  
 9 июля 2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
	Яйцо товарное	40	40	57	57
	Капуста тушеная	125	155	108,95	135,1
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Итого за завтрак	350	400	310,15	361,1
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп "Крестьянский" с крупой	150	200	63,26	84,35
	Котлета из говядины	60	76	164,64	208,54
	Макаронные изделия отварные	70	100	98,51	140,73
	Овощи свежие	30	57	4,5	8,55
	Хлеб ржаной	40	50	84	104
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Итого за обед	460	613	499,91	648
Полдник	Запеканка из творога с морковью	130/10	176/11	269,05	364,25
	Какао с молоком	180	200	123,96	137,7
	Хлеб пшеничный	19	25	38	50
	Фрукты	80	80	29,6	29,6
	Итого за полдник	400	467	460,61	581,55
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за ужин	200	250	173	275
Всего за день				1489,67	1912

*Н.В. Осипенко*