



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
08.11.2021

МЕНЮ
09.11.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	160	180	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	40	60	80
	Сыр порционный	10	15	37	55,5
	Итого за завтрак	350	400	371,83	438,37
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Свекольник	150	200	62,5	83,3
	Жаркое по-домашнему	140	175	249,45	312
	Салат из квашенной капусты с луком	20	50	22,12	55,3
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	51	88,4	112,71
	Итого за обед	450	600	468,47	617,31
Полдник	Котлета рыбная "Любительская"	50	67	58	77,72
	Капуста тушеная	120	130	104,53	113,31
	Хлеб пшеничный	26	34	52	68
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Яблоки	50	60	18,5	22,2
	Итого за полдник	400	457	279,83	333,23
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
	Всего за день			1441,13	1757,91