

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
09.11.2021

МЕНЮ
10.11.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Яйцо отварное	20	20	28,5	28,5
	Суп молочный с крупой геркулесовой	150	180	111,41	133,69
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	180	200	50	55,5
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	355	405	287,31	335,09
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	200	59,27	79
	Картофельная запеканка с мясом	130	167	212,04	272
	Салат из свеклы с чесноком	30	60	39,9	79,97
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	50	88,4	110,5
Итого за обед	460	607	445,61	595,47	
Полдник	Вареники ленивые со сметаной	110/10	140/11	193,17	245,85
	Хлеб пшеничный	30	39	60	78
	Какао с молоком	180	200	124	138
	Яблоки	100	100	37	37
	Итого за полдник	400	450	414,17	498,85
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Яблоки	30	30	11	11
	Итого за ужин	210	250	173	275
	Всего за день			1366,09	1750,41