

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



Утверждаю:
И.С. Савельева
М.С. Бабиева
10.08.2021

МЕНЮ
11.08.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Творожно-морковный пудинг с повидлом	130/10	170/12	227,6	297,64
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Какао с молоком	180	200	103,3	114,8
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Яблоки	30	30	11	11
	Итого за завтрак	375	445	438,9	540,44
2-й Завтрак	Сок	100	101	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	101	46	46
Обед	Суп из овощей	150	200	69,14	92,19
	Шницель из говядины	60	75	161,6	173,1
	Картофель отварной	70	100	85,1	122
	Салат из свежих овощей	30	63	34,18	68,35
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	104
	Итого за обед	460	543	435,02	557,68
Полдник	Суп молочный с крупой геркулесовой	180	200	118,83	133,69
	Сыр порционный	10	14	30	42
	Хлеб пшеничный	19	26	38	56
	Яблоки	40	50	14,8	18,5
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Итого за полдник	429	490	248,43	302,19
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
	Всего за день			1443,35	1769,31