

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



Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ №19  
 Н.Е. Осипенко  
 13.04.2021

**МЕНЮ**  
 14.04.2021

| Принем пищи | Наименование блюд                    | Выход      |           | Энергетическая ценность (ккал) |           |
|-------------|--------------------------------------|------------|-----------|--------------------------------|-----------|
|             |                                      | Ясли в гр. | Сад в гр. | Ясли в гр.                     | Сад в гр. |
| Завтрак     | Творожно-морковный пудинг с повидлом | 120        | 169       | 210,1                          | 295,8     |
|             | Макаронные изделия отварные          | 80         | 80        | 140,7                          | 140,7     |
|             | Масло сливочное порционное           | 5          | 5         | 37,5                           | 37,5      |
|             | Какао с молоком                      | 180        | 180       | 124                            | 124       |
|             | Хлеб пшеничный                       | 30         | 40        | 60                             | 80        |
|             | Яблоки                               | 40         | 40        | 14,8                           | 14,8      |
|             | Итого за завтрак                     | 425        | 474       | 446,4                          | 552,1     |
| 2-й Завтрак | Сок                                  | 100        | 101       | 46                             | 46,5      |
|             | Итого 2-й завтрак                    | 100        | 101       | 46                             | 46,5      |
| Обед        | Рассольник "Ленинградский"           | 150        | 200       | 76,6                           | 82,8      |
|             | Шницель из говядины                  | 60         | 71        | 161,6                          | 191,3     |
|             | Картофель отварной                   | 70         | 120       | 85,1                           | 145,9     |
|             | Салат из квашенной капусты с луком   | 30         | 31        | 33,2                           | 34,3      |
|             | Компот из смеси сухофруктов          | 150        | 180       | 85                             | 102       |
|             | Хлеб ржаной                          | 40         | 51        | 84                             | 105       |
|             | Итого за обед                        | 460        | 531       | 525,5                          | 661,3     |
| Полдник     | Суп молочный с крупой геркулес       | 180        | 200       | 118,83                         | 133,69    |
|             | Сыр порционный                       | 10         | 14        | 30                             | 42        |
|             | Хлеб пшеничный                       | 19         | 26        | 38                             | 56        |
|             | Яблоки                               | 30         | 40        | 11                             | 14,7      |
|             | Чай с сахаром                        | 180        | 200       | 29,38                          | 35,26     |
|             | Итого за полдник                     | 400        | 455       | 227,21                         | 281,6     |
| Ужин        | Кефир                                | 150        | 180       | 75                             | 90        |
|             | Булочка "Российская"                 | 60         | 70        | 200                            | 233       |
|             | Итого за ужин                        | 210        | 250       | 275                            | 323       |
|             | Всего за день                        |            |           | 1520,11                        | 1864,50   |