

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



Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ №19
 Н.В. Осипенко
 13.07.2021

МЕНЮ
 14 июля 2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
	Пудинг творожно-морковный с повидлом	130/10	170/12	227,6	297,64
	Какао с молоком	180	200	103,3	114,8
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за завтрак	355	417	438,9	540,44
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп из овощей	150	200	69,14	92,19
	Шницель из говядины	60	75	161,6	173,14
	Картофель отварной	70	100	85,1	122
	Салат из свежих овощей	30	63	34,18	68,35
	Хлеб ржаной	40	50	84	104
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Итого за обед	460	618	519,02	662
Полдник	Суп молочный с крупой геркулесовой	180	200	118,83	133,69
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Хлеб пшеничный	19	25	38	50
	Фрукты	40	50	14,8	18,5
	Итого за полдник	400	450	218,43	254,19
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
	Всего за день			1417,23	1826