

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



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №19  
Н.В. Осипенко  
15.04.2021

**МЕНЮ**  
16.04.2021

Прием пищи	Наименование блюд	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
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	155,8	199,4
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	355	405	328,5	397,3
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
	Биточки из говядины	60	74	161,6	199,3
	Картофель отварной	70	110	85,1	133,7
	Овощи соленные	20	43	8	17,2
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
Итого за обед	450	607	482,97	636,2	
Полдник	Сырники с морковью со сметаной	107/13	143/15	200	262,7
	Хлеб пшеничный	19	25	38	50
	Какао с молоком	180	200	124	138,5
	Фрукты	100	100	37	37
	Итого за полдник	387	443	399	488,2
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за ужин	200	250	173	264
Всего за день				1442,05	1812,00