

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



Утверждаю:  
 Заведующий МБДОУ №19  
 В. Осипенко  
 16.09.2021

**МЕНЮ**  
 17.09.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Если в гр.	Сад в гр.	Если в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Яйцо отварное	40	40	28,5	28,5
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	198	155,8	199,4
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	150	180	46,8	52
	Хлеб пшеничный	30	30	60	60
	Итого за завтрак	375	453	328,5	377,3
2-й завтрак	Сок	100	102	46	46,5
	Итого 2-й завтрак	100	102	46	46,5
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	200	59,27	79
	Биточки из говядины	60	80	161,6	199,3
	Картофель отварной	70	100	85,1	133,7
	Зеленый горошек консервированный	30	49	21,2	36,3
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	49	84	105
Итого за обед	460	609	496,17	655,3	
Полдник	Сырники с морковью с повидлом	100/20	120/39	200	262,7
	Хлеб пшеничный	19	36	38	50
	Какао с молоком	180	200	124	138,5
	Фрукты	100	100	37	43
	Итого за полдник	429	471	399	494,2
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	40	50	11	13
	Итого за ужин	200	250	173	277
	Всего за день			1442,67	1850,30