

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



## МЕНЮ

17.11.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Творожно-морковный пудинг с повидлом	120/8	157/10	210,1	274,9
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Какао с молоком	180	200	103,3	114,8
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Фрукты	40	40	14,8	14,8
	Итого за завтрак	353	400	425,2	521,5
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	101	46	46,5
Обед	Рассольник "Ленинградский"	150	200	89,76	119,68
	Шницель из говядины	60	74	161,64	188,5
	Картофель отварной	70	100	85,15	121,64
	Огурцы соленые	30	50	3,9	6,5
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	49	88,4	108,29
	Итого за обед	450	600	498,97	671,15
Полдник	Суп молочный с крупой геркулесовой	180	200	118,83	133,69
	Хлеб пшеничный	19	26	38	52
	Яблоки	40	50	14,8	18,5
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Итого за полдник	400	450	218,43	256,19
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
	Всего за день			1463,60	1818,34

*И.В. Осипенко*