

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



МЕНЮ
18.10.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Омлет натуральный	65	65	110,54	110,54
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	130	118,86	154,52
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Кофейный напиток с молоком	180	200	89	118,6
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	350	400	415,4	500,66
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп из овощей на курином бульоне	150	200	69,14	92,19
	Курица в томатном соусе	60	80	107,43	143,2
	Картофельное пюре	70	100	74,88	107,0
	Зеленый горошек консервированный отварной		50		37,1
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	51	88	110
	Итого за обед	400	610	396,45	481,48
Полдник	Суп молочный с манной крупой	180	200	185,8	220,5
	Хлеб пшеничный	30	39	60	78
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Фрукты	40	50	14,8	18
	Итого за полдник	400	450	307,4	368,5
	Ужин	Кефир	150	180	75
Кондитерские изделия		20	40	87	174
Фрукты		30	30	11	18,5
Итого за ужин		200	250	173	283
Всего за день				1338,25	1679,14

С.М.