

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



Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ №19
 И.В. Осменко
 16.04.2021

МЕНЮ
 19.04.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Если в гр.	Сад в гр.	Если в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Омлет натуральный	65	65	110,54	110,54
	Каша пшеничная рассыпчатая	100	130	123,62	160,71
	Масло сливочное порционное	5	5	37,5	37,5
	Кофейный напиток с молоком	180	200	46,8	52
	Хлеб йодированный пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	350	400	450,26	520,55
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп из овощей	150	180	69,14	82,97
	Курица в томатном соусе	95	120	170,1	214,9
	Картофельное пюре	70	80	74,88	85,6
	Зеленый горошек консервированный	-	49	-	36,3
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
	Итого за обед	465	609	483,12	626,75
Полдник	Запеканка из печени с рисом	150	178	185,8	220,5
	Овощи соленные	30	55	12	22
	Хлеб йодированный пшеничный	30	41	60	82
	Чай с сахаром	180	180	46,8	46,8
	Фрукты	40	40	14,8	14,8
	Итого за полдник	400	453	319,4	386,1
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				1471,78	1854,40