

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

города Ростова-на-Дону Детский сад № 19

(МБДОУ № 19)

**МЕНЮ**  
19.08.2021



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №19  
Н.В. Осипенко  
18.08.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	180	124,86	156,08
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Кофейный напиток с молоком	180	200	118,6	131,7
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	365	425	340,46	404,78
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	200	66,67	88,89
	Плов из отварной говядины	150	170	223,16	282
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Салат из свежих помидор	0	50	0	70,45
	Хлеб ржаной	40	52	84	106
	Итого за обед	490	482	419,83	601,48
Полдник	Рыба, тушеная в томате с овощами	110	130	130,35	149,29
	Картофель отварной	100	100	85,15	85,15
	Хлеб пшеничный	30	43	60	82
	Чай с сахаром	180	200	50	55,5
	Салат из свежих огурцов	20	20	31,08	31,08
	Итого за полдник	440	493	356,58	403,02
Ужин	Кефир	150	176	75	90
	Булочка "Российская"	60	60	200	233
	Итого за ужин	150	176	275	323
	Всего за день			1437,87	1778,28

*Н.В. Осипенко*