

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
10.11.2021

МЕНЮ
19.11.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Яйцо отварное	40	40	28,5	28,5
	Каша пшеничная молочная жидкая	160	180	166,19	199,4
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	150	180	46,8	52
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	355	405	338,89	397,3
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	71	161,6	191,2
	Картофель отварной	70	100	85,1	121,6
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Огурцы соленые	30	53	3,9	6,9
	Хлеб ржаной	40	51	88	112,7
	Итого за обед	460	604	482,87	613,47
Полдник	Сырники с морковью и сметаной	119/10	150/10	261,53	329,66
	Хлеб пшеничный	19	26	38	52
	Какао с молоком	180	200	124	138,5
	Фрукты	90	90	33,3	33,3
	Итого за полдник	400	450	456,83	553,46
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	13
	Итого за ужин	200	250	173	277
	Всего за день			1497,59	1887,73

Н.В. Осипенко