

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
19.04.2021

МЕНЮ
20.04.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	160	180	118,83	133,69
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Кофейный напиток с молоком	180	200	118,6	131,78
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Сыр порционный	10	13	37	48,1
	Итого за завтрак	350	400	311,83	430,97
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Свекольник	150	180	62,5	75
	Жаркое по-домашнему	150	190	267,28	339
	Салат из квашенной капусты с луком	-	50	-	55,3
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	50	134	167
	Итого за обед	450	600	509,78	690
Полдник	Котлета рыбная "Любительская"	83	96	92,8	111,4
	Капуста тушеная	90	100	78,4	87,16
	Хлеб пшеничный	30	39	60	80
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Яблоки	50	50	18,5	18,5
	Итого за полдник	413	450	278,76	372,66
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	210	250	275	323
	Всего за день			1421,37	1862,00