



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Фигленко
19.07.2021

МЕНЮ
20.07.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	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	133,68
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Сыр порционный	10	15	30	45
	Кофейный напиток с молоком	180	200	89	118,6
	Итого за завтрак	355	400	335,23	414,68
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Свекольник	150	180	62,49	75
	Жаркое по-домашнему	148	180	263,72	320,74
	Салат из свежих огурцов		60		9
	Компот из свежих плодов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
	Итого за обед	448	600	495,21	612
Полдник	Котлета рыбная "Любительская"	70	86	81,35	99,95
	Капуста тушенная	100	120	78,44	94,13
	Хлеб пшеничный	24	32	48	64
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Фрукты	50	50	18,5	18,5
	Итого за полдник	400	456	273,09	328,58
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	200	250	275	323
	Всего за день			1424,53	1724