

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



МЕНЮ
 20.09.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Омлет натуральный	65	85	110,54	131,7
	Каша перловая рассыпчатая	100	110	97,6	97,6
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Кофейный напиток с молоком	180	200	89	118,6
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	380	440	394,14	464,9
2-й Завтрак	Сок	99	99	46	46
	Итого 2-й завтрак	99	99	46	46
Обед	Суп из овощей на курином бульоне	150	200	69,14	92,19
	Курица в томатном соусе	48/47	60/50	170,1	189,8
	Картофельное пюре	70	120	74,88	85,6
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб йодированный пшеничный	40	49	60	80
	Итого за обед	370	500	399,12	469,57
Полдник	Суп молочный с геркулесовой крупой	180	200	185,8	220,5
	Хлеб пшеничный	40	50	60	82
	Чай с сахаром	180	200	46,8	46,8
	Фрукты	40	50	14,8	14,8
	Итого за полдник	440	500	307,4	364,1
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	18,5
	Итого за ужин	150	180	173	283
	Всего за день			1319,66	1627,07