

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
И.В. Осипенко
20.05.2021

МЕНЮ
21.05.2021

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	57	57
	Каша пшенная молочная жидкая	160	180	177,29	199,45
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	150	180	39	46,8
	Итого за завтрак	355	405	370,69	420,65
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп картофельный с бобовыми	150	200	59,27	79
	Биточки из говядины	60	78	161,64	210
	Картофель отварной	70	100	85,1	121,64
	Салат из редиса	30	50	35,8	59,7
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
Итого за обед	460	608	510,81	677	
Полдник	Сырники с морковью с повидлом	107/15	143/20	235,16	314,27
	Какао с молоком	180	200	124	137
	Хлеб пшеничный	19	26	38	52
	Фрукты	100	100	37	37
	Итого за полдник	402	463	434,16	540,27
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за ужин	200	252	173	275
Всего за день				1534,66	1959