

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



Утверждаю:
 Заведующий МБДОУ № 19
 И.В. Осипенко
 21.09.2021

МЕНЮ
 22.09.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Каша геркулесовая молочная	160	180	189,52	213,21
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	150	180	46,8	55,5
	Яйцо отварное	40	40	57	57
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	355	405	390,72	443,11
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
	Картофельная запеканка с мясом	140	170	228,35	252
	Зеленый горошек консервиров	20	50	14,8	37
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
	Итого за обед	500	430	471,42	575
Полдник	Вареники ленивые со сметаной	110/10	140/10	193,17	245,85
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Какао с молоком	180	200	124	138
	Фрукты	100	100	37	37
	Итого за полдник	400	450	414,17	500,85
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	40	40	14,8	14,8
	Итого за ужин	190	220	177	279
	Всего за день			1499,11	1843,76