



Утверждаю:
и.о. Заведующего МБДОУ №19
М.С. Бабиева
22.11.2021

МЕНЮ
23.11.2021

| 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 | 200 | 118,83 | 148,54 |
| | 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 | 8 | 10 | 24 | 30 |
| | Итого за завтрак | 355 | 405 | 358,83 | 427,72 |
| 2-й Завтрак | Сок | 100 | 100 | 46 | 46 |
| | Итого 2-й завтрак | 100 | 100 | 46 | 46 |
| Обед | Свекольник | 150 | 200 | 62,5 | 83,3 |
| | Жаркое по-домашнему | 140 | 175 | 248 | 310 |
| | Салат из квашеной капусты с луком | 20 | 49 | 22,12 | 54,19 |
| | Компот из свежих плодов | 150 | 180 | 46 | 54 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 51 | 88 | 112,71 |
| | Итого за обед | 460 | 604 | 466,62 | 614,2 |
| Полдник | Котлета рыбная "Любительская" | 60 | 77 | 69,94 | 89,1 |
| | Капуста тушеная | 110 | 130 | 95,88 | 113,31 |
| | Хлеб пшеничный | 25 | 33 | 50 | 66 |
| | Чай с сахаром | 180 | 200 | 46,8 | 52 |
| | Фрукты | 50 | 50 | 18,5 | 18,5 |
| | Итого за полдник | 400 | 457 | 281,12 | 338,91 |
| Ужин | Кефир | 150 | 180 | 75 | 90 |
| | Булочка "Российская" | 60 | 70 | 200 | 230 |
| | Итого за ужин | 210 | 250 | 275 | 320 |
| | Всего за день | | | 1427,57 | 1746,83 |

Е.А. Аллен