

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
В. Осипенко
21.05.2021

МЕНЮ
24.05.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Если в гр.	Сад в гр.	Если в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Омлет натуральный	65	85	110,54	131,7
	Каша перловая рассыпчатая	80	80	97,6	97,6
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Хлеб пшеничный йодированный	30	40	60	80
	Кофейный напиток с молоком	150	180	89	118,6
	Фрукты	50	50	18,5	18,5
	Итого за завтрак	350	400	413,04	483,8
2-й завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп из овощей на курином бульоне	150	200	69,14	82,97
	Курица в соусе томатном	95	123	170,1	206,0
	Картофельное пюре	70	110	74,88	118
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	105
	Итого за обед	465	613	483,12	614
Полдник	Запеканка из печени с рисом	150/30	188/30	185,8	232
	Зеленый горошек консервиров.	40	50	29,67	37
	Хлеб пшеничный йодированный	30	40	60	80
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Итого за полдник	400	458	322,27	401
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Фрукты	30	30	11	11
	Итого за ужин	200	250	173	275
	Всего за день			1437,43	1820