

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



**МЕНЮ**  
24.09.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сал в гр.	Ясли в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Яйцо отварное	40	40	57	57
	Капуста тушеная	125	155	108,95	135,1
	Масло сливочное порционное	5	5	37,5	37,5
	Чай с сахаром	180	200	46,8	55,5
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	350	400	310,25	365,1
2-й завтрак	Сок	100	102	46	46,5
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46,5
Обед	Суп "Крестьянский" с крупой	150	200	63,26	84,35
	Котлета из говядины	60	76	164,64	208,5
	Макаронные изделия отварные	70	120	123,11	168,84
	Икра баклажанная	20	26	16	20,8
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	50	84	106
	Итого за обед	450	602	452,01	584,5
Полдник	запеканка из творога с морковью и повидлом	100/20	150/22	118,83	178,25
	Хлеб пшеничный	19	25	38	50
	Фрукты	100	100	37	37
	Какао с молоком	180	200	124	137,7
	Итого за полдник	400	472	317,83	402,95
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Фрукты	30	30	11	11
	Кондитерские изделия	20	40	87	174
	Итого за ужин	200	250	173	275
	Всего за день			1299,09	1674,05

*Г.В. Осипенко*