

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



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №19  
Н.В. Осипенко  
26.05.2021

**МЕНЮ**  
**27.05.2021**

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Если в гр.	Сад в гр.	Если в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	160	200	124,86	156,08
	Кофейный напиток с молоком	180	200	89	118,6
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Сыр порционный	10	15	30	45
	Итого за завтрак	355	420	341,26	437,08
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	200	66,67	88,89
	Плов из отварной говядины	140	175	223,16	240
	Салат из редиса	30	50	35,8	59,7
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	49	84	102,9
	Итого за обед	470	605	455,63	545
Полдник	Рыба тушеная в томате с овощами	117	136	130,35	151,52
	Картофель отварной	70	70	85,15	85,15
	Кабачки припущенные	30	40	17,8	23,74
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Чай с сахаром	150	180	46,8	52
	Фрукты	40	40	14,8	14,8
Итого за полдник	407	466	354,9	407,21	
Ужин	Кефир	150	180	75	90
	Булочка "Российская"	60	70	200	233
	Итого за ужин	200	250	275	323
	Всего за день			1472,79	1758