

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
26.08.2021

МЕНЮ
27.08.2021

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Выход	Энергетическая ценность (ккал)	
		Если в гр.	Сал в гр.	Если в гр.	Сал в гр.
Завтрак	Яйцо отварное	20	40	28,5	28,5
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	155,8	199,4
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	385	465	328,5	397,3
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
	Биточки из говядины	50	84	161,6	199,3
	Картофель отварной	100	100	85,1	85,1
	свежий помидор	0	50	0	17,2
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб ржаной	40	48	84	105
	Итого за обед	450	614	474,97	587,6
Полдник	Сырники с морковью с повидлом	130/15	135/18	200	262,7
	Хлеб пшеничный	20	27	38	50
	Какао с молоком	180	200	124	138,5
	Фрукты	60	80	37	43
	Итого за полдник	390	442	399	494,2
Ужин	Кефир	150	174	75	90
	Кондитерские изделия	12	20	87	174
	Фрукты	40	50	11	13
	Итого за ужин	200	250	173	277
	Всего за день			1421,47	1802,10