

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



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ №19
Н.В. Осипенко
27.04.2021

МЕНЮ
28.04.2021

| Прием пищи | Наименование блюд | Выход | Выход | Энергетическая ценность (ккал) | |
|---------------|---------------------------------------|------------|-----------|--------------------------------|-----------|
| | | Если в гр. | Сад в гр. | Если в гр. | Сад в гр. |
| Завтрак | Пудинг творожно-морковный со сметаной | 128/10 | 177/10 | 224,1 | 309,9 |
| | Какао с молоком | 150 | 180 | 103,3 | 124 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 40 | 60 | 80 |
| | Масло сливочное порционное | 5 | 5 | 37,4 | 37,4 |
| | Фрукты | 60 | 60 | 22,2 | 22,2 |
| | Итого за завтрак | 353 | 432 | 447 | 573,5 |
| 2-й Завтрак | Сок | 100 | 100 | 46 | 46 |
| | Итого 2-й завтрак | 100 | 100 | 46 | 46 |
| Обед | Рассольник Ленинградский" | 150 | 200 | 76,6 | 82,8 |
| | Шницель из говядины | 60 | 74 | 161,6 | 199,3 |
| | Картофель отварной | 70 | 100 | 85,1 | 121,6 |
| | Салат из квашенной капусты с луком | 30 | 68 | 33,18 | 75,2 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 150 | 180 | 85 | 102 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 50 | 84 | 105 |
| | Итого за обед | 460 | 622 | 525,48 | 686 |
| Полдник | Суп молочный с крупой геркулесовой | 180 | 200 | 118,83 | 133,69 |
| | Хлеб пшеничный | 19 | 26 | 38 | 52 |
| | Сыр порционный | 8 | 14 | 24 | 42 |
| | Чай с сахаром | 180 | 200 | 46,8 | 52 |
| | Фрукты | 30 | 40 | 11 | 14,7 |
| | Итого за полдник | 398 | 454 | 238,63 | 294,39 |
| Ужин | Кефир | 150 | 180 | 75 | 90 |
| | Булочка "Российская" | 60 | 70 | 200 | 233 |
| | Итого за ужин | 210 | 250 | 275 | 323 |
| Всего за день | | | | 1532,1 | 1923 |