

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



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №19  
Н.В. Осипенко  
27.08.2021

**МЕНЮ**  
30.08.2021

Прим пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Омлет натуральный	65	85	110,54	131,7
	Каша перловая рассыпчатая	100	110	97,6	97,6
	Масло сливочное порционное	5	5	37	37
	Кофейный напиток с молоком	180	200	89	118,6
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Итого за завтрак	380	440	394,14	464,9
2-й Завтрак	Сок	100	100	46	46
	Итого 2-й завтрак	100	100	46	46
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200	69,14	92,19
	Курица в томатном соусе	50	55	170,1	189,8
	Картофельное пюре	100	120	74,88	85,6
	Свежий огурец		50	-	36,3
	Компот из смеси сухофруктов	150	180	85	102
	Хлеб йодированный пшеничный	40	51	60	80
	Итого за обед	450	605	399,12	505,87
Полдник	Суп молочный с геркулесовой крупой	180	200	185,8	220,5
	Хлеб пшеничный	30	39	60	82
	Чай с сахаром	180	200	46,8	46,8
	Фрукты	40	50	14,8	14,8
	Итого за полдник	430	489	307,4	364,1
Ужин	Кефир	150	174	75	90
	Кондитерские изделия	12	20	87	174
	Фрукты	40	50	11	18,5
	Итого за ужин	150	174	173	283
	Всего за день			1319,66	1663,37