



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ №19  
Н.В. Осипенко  
30.08.2021

**МЕНЮ**  
31.08.2021

Прием пищи	Наименование блюд	Выход		Энергетическая ценность (ккал)	
		Ясли в гр.	Сад в гр.	Ясли в гр.	Сад в гр.
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	150	180	118,83	133,69
	Масло сливочное порционное	5	5	37,4	37,4
	Кофейный напиток с молоком	180	200	118,6	131,78
	Хлеб пшеничный	30	40	60	80
	Сыр порционный	10	15	37	48,1
	Итого за завтрак	375	440	371,83	430,97
2-й Завтрак	Сок	100	101	46	46,5
	Итого 2-й завтрак	100	101	46	46,5
Обед	Свекольник	150	200	62,5	75
	Жаркое по-домашнему	150	170	267,28	339
	Свежий помидор	-	50	-	55,3
	Компот из свежих плодов	150	180	46	54
	Хлеб ржаной	40	45	134	167
	Итого за обед	490	475	509,78	690,3
Полдник	Котлета рыбная "Любительская"	60	66	92,8	111,4
	Капуста тушеная	100	120	78,4	87,16
	Хлеб пшеничный	20	23	60	80
	Чай с сахаром	180	200	46,8	52
	Яблоки	50	60	18,5	20,5
	Итого за полдник	410	469	296,5	351,06
Ужин	Кефир	150	174	75	90
	Булочка "Российская"	60	60	200	200
	Итого за ужин	210	234	275	290
	Всего за день			1499,11	1808,83