



Утверждаю  
Заведующего МБДОУ ДСОВ №19  
/ Матафонова П.А. /

Дата: 06.12.2024	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1</b>		
Каша манная молочная вязкая	150/200	194/259
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
<b>Завтрак 2</b>		
Свежие фрукты: банан/яблоко	100/100	89/79
<b>Обед</b>		
Салат с горошком и соленым огурцом	30/50	47/78
Суп картофельный с клецками	150/180	189/262
Тефтели из говядины с рисом	100/140	185/259
Соус томатный	20/30	14/22
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие: печенье	50/50	184/184
Кисель	150/200	57/76
<b>Ужин</b>		
Омлет натуральный	200	219
Кукуруза консервированная	30	35
Напиток из кураги	200	134
Хлеб пшеничный	45	106
<b>Итого калорий в день</b>		1283/2141