Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
_____ /Матафонова П.А. /

Дата: 11.03.2024	**Масса порции** ясли/сад	**Калорий ность порции** ясли/сад
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/200	194/259
Бутерброд с маслом	30/5;35/5	109/146
Какао с молоком	150/200	88/116
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: «снежок»	100/100	79/79
Обед		
Салат из моркови	30/40	40/60
Суп из морской капусты, яйцом и сметаной	150/9; 200/11	155/272
Каша гречневая рассыпчатая	100/130	250/296
Гуляш из отварной говядины	50/50; 70/50	212/268
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Булочка домашняя	50/50	245/245
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Ужин		
Каша пшенная с мясом	200	272
Отвар из плодов шиповника	200	98
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1548/2450