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

Дата: 11.12.2024	**Масса порции** ясли/сад	**Калорий ность порции** ясли/сад
Завтрак 1		
Каша овсяная «геркулес» молочная вязкая	150/200	198/264
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Кофейный напиток с молоком	150/200	66/87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: груша	100/100	67/67
Обед		
Икра кабачковая	30/35	35/41
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/180	242/291
Макаронные изделия отварные	110/130	144/196
Гуляш	50/50; 70/50	191/268
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Запеканка из творога	110/120	316/345
Соус фруктовый	20/30	17/25
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Ужин		
Рагу овощное с мясом	200	274
Отвар из плодов шиповника	200	111
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1561/2454