

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



Дата: 12.12.2024	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша ячневая молочная вязкая	150/200	184/245
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8; 35/5/10	167/254
Какао с молоком	150/200	70/100
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: снежок	100/100	79/79
Обед		
Сельдь с луком	28/55	59/116
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	150/180	111/168
Картофель тушеный	100/150	126/189
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Булочка домашняя	50/50	245/245
Молоко кипяченое	150/200	79/106
Ужин		
Каша гречневая с тушеной говядиной	200	272
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1269/2100