



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

Дата: 17.12.2024	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	150/200	200/266
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Кофейный напиток с молоком	150/200	88/116
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: йогурт	100/100	93/93
Обед		
Икра кабачковая	30/40	35/47
Рассольник ленинградский	150/180	163/218
Макаронные изделия отварные	120/130	157/196
Печень по- строгановски	50/30; 65/40	143/184
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Сырники из творога	95/120	250/316
Молоко, сгущенное с сахаром	15/20	48/64
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Ужин		
Суп картофельный с бобовыми (фасолевый)	200	191
Компот из изюма	200	113
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1462/2289