

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



Дата: 18.12.2024	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1</b>		
Каша рисовая молочная вязкая	150/200	190/253
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8; 35/5/10	167/254
Какао с молоком	150/200	70/100
<b>Завтрак 2</b>		
Свежие фрукты: банан	100/100	89/89
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с крупой (пшеничный с яйцом)	150/200	160/192
Гороховое пюре	120/150	192/240
Котлеты рубленые из птицы	50/70	157/220
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
Отвар из плодов шиповника	150/200	83/111
<b>Ужин</b>		
Капуста, тушенная с говядиной	200	324
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	45	106
<b>Итого калорий в день</b>		1455/2315