

Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
П. А. Матафонова/

Дата: 21.09.2023	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Макароны отварные с сыром	150/160	192/237
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Напиток лимонный	100/100	37
Обед		
Суп рисовый с птицей	150/200	108/144
Солянка сборная	150/170	168/190
Компот из смеси с/ф	150/200	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Молоко сгущённое	15/20	49/66
Запеканка из творога	100/130	168/218
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Каша гречневая молочная	200	234
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1457/1672