

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

Дата: 14.11.2023	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная	150/170	106/120
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	79
Обед		
Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	150/200	297/396
Жаркое по-домашнему	120/150	144/216
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Вафли	50	255
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Итого калорий в день		1225/1478