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

Дата: 22.11.2023	**Масса порции (ясли/сад)**	**Калорийность порции**
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/120
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Сок	100/100	46
Обед		
Огурец свежий	**30/40**	**5/6**
Суп с горохом и гренками	150/180	125/150
Пюре картофельное	120/130	117/119
Котлеты рыбные паровые	60/80	87/117
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Батон с повидлом	35/45	90/114
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Суп пшеничный с яйцом	180	218
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1349/1510