


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

Дата:	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
07.12.2023		
Завтрак 1		
Каша кукурузная молочная жидкая	150/180	63/76
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Чай с молоком	150/180	64/77
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	67
Обед		
Салат из моркови	30/40	26/35
Суп пшеничный с яйцом и птицей	150/200	163/218
Рис отварной	100/150	140/210
Рыба по-польски	50/70	67/94
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Батон с повидлом	35/45	108/141
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Суп с фасолью и птицей	200	162
Кисель	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1259/1532