

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

Дата: 08.12.2023	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	108/126
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	85/107
<b>Завтрак 2</b>		
Компот из кураги	100/100	56
<b>Обед</b>		
<del>Сельдь солёная</del>	<del>19</del>	<del>35</del>
Свекольник с мясом и сметаной	150/180	88/106
Пюре картофельное	120/130	117/119
Котлета мясная	50/60	126/151
Компот из св. яблок	150/180	75/88
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Булочка домашняя	50/70	150/176
Кисель	150/180	22/26
<b>Ужин</b>		
Омлет с зелёным горошком	150	173
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		1273/1429