

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

Дата: 18.12.2023	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша кукурузная молочная жидкая	150/180	63/76
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	79
Обед		
Салат морковный	30/40	26/35
Суп гречневый с мясом	150/180	52/69
Каша пшеничная рассыпчатая	120/150	156/195
Птица тушенная	60/80	78/97
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Пряник Зебра	50	166
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Кукуруза кон-ая	50	32
Рожки с овощами	150	216
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1322/1473