

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

Дата: 20.12.2023	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша овсяная	150/170	109/124
Геркулесовая молочная		
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
<b>Завтрак 2</b>		
Сок	100/100	46
<b>Обед</b>		
Салат из кукурузы консервированной	30/50	15/25
Суп с макаронными изделиями и птицей	150/200	92/118
Запеканка из печени с рисом	160/200	216/299
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Вафли	50	255
Чай с лимоном	150/180	34/41
<b>Ужин</b>		
Картофель тушеный	200	244
Кисель	180	26
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		1428/1616