

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

Дата: 26.12.2023	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/180	108/168
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Напиток из шиповника	100/100	51
Обед		
Огурец солёный	30/50	3/6
Свекольник с говядиной и сметаной	150/180	88/106
Пюре картофельное	120/130	117/119
Котлета рыбная	60/70	87/117
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Овсяное печенье	50	177
Молоко кипячёное	150/180	90/110
Ужин		
Суп гречневый с мясом	200	216
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1373/1553