

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

Дата: 28.12.2023	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша кукурузная молочная жидкая	150/180	63/76
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Чай с молоком	150/180	64/77
Завтрак 2		
Мандарины	100/100	38
Обед		
Салат из моркови	30/40	26/35
Суп пшеничный с птицей и яйцом	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 картофельный с фасолью	200	97
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1128/1384