

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

Дата:	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
22.01.2024		
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	108/130
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	79
Обед		
Огурец солёный	50	11
Свекольник с мясом и сметаной	150/180	88/106
Пюре картофельное	120/130	117/119
Котлета рыбная	60/80	87/117
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Ватрушка с творогом	50/70	134/227
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Плов фруктовый	200	253
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1365/1601