

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

Дата: 24.01.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная кукурузная жидкая	150/180	63/76
Бутерброд с маслом	20/5/10 25/5/15	78/98
Чай с молоком	150/180	64/77
Завтрак 2		
Яблоко свежее	100/100	66
Обед		
Салат из моркови	30/50	26/35
Суп пшеничный с яйцом	150/200	163/218
Макароны отварные	100/150	112/168
Печень тушенная в сметане	50/70	57/80
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Пирожок с повидлом	50/70	121/170
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Суп гречневый с мясом	200	69
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1137/1408