

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
 П. А. Матафонова

Дата: 12.02.2024	Масса порции (ас/п/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/120
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Йогурт	100/100	83
Обед		
Борщ с мясом и сметаной	150/180	105/154
Каша гречневая рассыпчатая	110/130	174/248
Гуляш из отварного мяса	50/70	206/274
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Сырники творожные	100/110	300/330
Чай с лимоном	150/180	34/48
Ужин		
Суп рисовый с птицей	200	114
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1629/1939