

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

Дата: 22.02.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Макароны отварные с сыром	150/160	192/237
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	67
Обед		
Салат из свежей капусты с морковью	40/50	16/21
Суп гречневый с мясом	150/180	52/69
Каша пшеничная рассыпчатая	120/150	156/195
Птица тушеная	60/80	78/97
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Яблоки печёные	120	162
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Каша молочная Дружба	200	224
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1392/1565