

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

Дата: 27.02.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/121
Бутерброд с маслом	20/5/10 25/5/15	78/98
Какао с молоком	150/180	89/107
<b>Завтрак 2</b>		
Сок	100/100	44
<b>Обед</b>		
<b>Салат из свеклы</b>	<b>30/50</b>	<b>37/61</b>
Суп с горохом и гречками	150/180	125/150
Макаронник с мясом	150/170	365/415
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
<b>Молоко сгущённое</b>	<b>15/20</b>	<b>48/64</b>
Запеканка из творога с курагой	100/130	193/251
Чай с лимоном	150/180	34/41
<b>Ужин</b>		
Суп рисовый с птицей	200	144
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1623/1882</b>