

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

Дата: 28.02.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Омлет натуральный	120/150	119/149
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Напиток из шиповника	100/100	51
Обед		
Салат из сельди и горошка кон-ого	30/50	43/71
Рассольник Ленинградский с говядиной и сметаной	150/180	66/79
Пюре картофельное	120/130	117/119
Котлета из говядины	50/60	126/151
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Пирожок с повидлом	50/70	121/170
Компот из изюма	150/180	85/102
Ужин		
Каша гречневая молочная	180	234
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1362/1570