

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

Дата: 04.03.2024	Масса порции (исл/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная рисовая	150/180	162/195
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	79
Обед		
Икра кабачковая	30/50	27/45
Суп гречневый с мясом	150/180	52/69
Макароны отварные	100/150	112/168
Котлета рыбная	60/80	87/117
Компот из свежих яблок	150/180	75/88
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Печенье сахарное	50	235
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Суп пшённый с мясом	200	132
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1423/1654