

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

Дата: 13.03.2024	Масса порции (если/сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/180	108/130
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Какао с молоком	150/180	88/153
Завтрак 2		
Напиток из шиповника	100/100	51
Обед		
Суп пшеничный с яйцом и птицей	150/180	69/83
Азу по- татарски	150/170	227/258
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Булочка домашняя	50/70	150/176
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Икра кабачковая	50	45
Каша гречневая с овощами	170	250
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1378/1583