

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



Дата: 25.03.2024	Масса порции (гс./мл/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	150/180	195/234
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Йогурт питьевой	100/100	83
Обед		
Огурец солёный	30/50	9/11
Суп Дальневосточный с мясом и сметаной	150/180	59/79
Каша пшеничная	120/150	156/195
Птица тушенная	60/80	78/97
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Пряник Зебра	70	243
Компот из кураги	150/180	85/102
Ужин		
Суп с бобовыми (фасоль)	200	162
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1490/1673