

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

Дата: 27.03.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Макароны отварные с сыром	150/160	192/237
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Чай с молоком	150/180	64/77
Завтрак 2		
Сок яблочный	100/100	46
Обед		
Суп гречневый с мясом	150/180	52/69
Солянка с мясом	150/170	133/151
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Груша свежая	100	57
Батон с варёной сгущёнкой	35/45	98/127
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Каша молочная Дружба	200	224
Кисель	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1231/1389