

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



Дата: 01.04.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная рисовая	150/180	162/195
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	77
Обед		
Рассольник Ленинградский	150/180	66/79
Каша гречневая рассыпчатая	100/130	174/248
Гуляш из отварного мяса	50/70	211/215
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Груша свежая	100	57
Печенье сахарное	50	200
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Картофель тушеный с мясом	200	244
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1625/1793