

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

Дата: 03.04.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/120
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Чай с молоком	150/180	64/77
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	67
Обед		
Салат кукуруза с яйцом	30/50	20/32
Борщ с капустой ,мясом и сметаной	150/180	100/134
Пюре картофельное	120/130	117/119
Фрикадельки рыбные	60/80	121/161
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Молоко сгущённое	15/20	48/64
Запеканка из творога	100/130	221/287
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Суп пшённый с птицей	200	132
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1392/1642