

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

Дата: 04.04.2024	Масса порции (ясли/сал)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша ячневая молочная вязкая	150/160	108/116
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
<b>Завтрак 2</b>		
Сок яблочный	100/100	44
<b>Обед</b>		
<b>Огурец солёный</b>		<b>9/11</b>
Суп с горохом и гренками	150/180	125/167
Плов с птицей	160/170	145/154
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Груша свежая	100	57
Пряник классический	30	105
Чай с сахаром	150/180	28/29
<b>Ужин</b>		
<b>Икра кабачковая</b>	<b>50</b>	<b>45</b>
Рожки с овощами	150	216
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1355/1461</b>