

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



Дата: 16.04.2024	Масса порции (г/ккал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная кукурузная жидкая	150/180	63/76
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Сок	100/100	40
Обед		
Огурец солёный	30/50	9/11
Суп с горохом и гречками	150/180	125/150
Макаронник с мясом	150/170	365/414
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Творожное печенье	50/70	164/203
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Плов фруктовый	200	253
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1473/1655