

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

Дата: 23.04.2024	Масса порции (ясли/сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная	150/170	109/124
Геркулесовая молочная		
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Компот из изюма	100/100	56
Обед		
Салат из капусты и моркови	40/50	16/21
Суп с фасолью и сметаной	150/180	81/97
Макароны отварные	100/150	112/168
Птица запечённая	85/100	221/255
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	193/251
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Плов с мясом говядины	180	343
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1720/1988