



Утверждаю
Заведующий МБОУ ДСОВ №19
/ПЕ А. Матафонова/

Дата: 24.04.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/121
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Напиток из шиповника	100/100	51
Обед		
Салат из солёных огурцов с луком	30/50	20/33
Суп с макаронными изделиями и птицей	150/180	92/118
Плов с мясом говядины	150/180	286/343
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Бананы	150	144
Батон с варёной сгущёнкой	35/45	98/127
Компот из кураги	150/180	85/102
Ужин		
Суп пшённый с птицей	180	66
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1368/1572