

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

Дата: 26.04.2024	Масса порции (г/мл/сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Омлет натуральный	120/150	119/149
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	42
Обед		
Свекольник с говядиной и сметаной	150/180	88/106
Каша пшеничная рассыпчатая	120/150	156/195
Куриная подлива	50/70	107/150
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Яблоко свежее	150	70
Печенье сахарное	50	225
Напиток из шиповника	150/180	77/93
Ужин		
Каша молочная рисовая	180	195
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1533/1743