



Утверждаю

Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

П. А. Матафонова/

Дата: 02.05.2024	Масса порции (г/мл/с/д)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/121
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Чай с молоком	150/180	64/77
<b>Завтрак 2</b>		
Сок	100/100	46
<b>Обед</b>		
Салат кукуруза с яйцом	30/50	20/32
Суп с рыбными консервами (сайра)	150/200	71/83
Макароны отварные	100/150	112/168
Котлета рубленая из птицы	60/70	103/120
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Пирожок с капустой	70/80	161/184
Чай с сахаром	150/180	28/29
<b>Ужин</b>		
Картофель тушеный с говядиной тушеной	200	202
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		1317/1495