

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

Дата: 03.05.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша ячневая молочная вязкая	150/160	108/116
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Напиток Снежок	100/100	79
Обед		
Салат овощной	30/50	32/38
Щи из свежей капусты, говядины и сметаной	150/180	98/115
Каша гречневая рассыпчатая	100/130	174/248
Гуляш и говядины	50/70	211/215
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Вафли	50	265
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Икра кабачковая	50	45
Омлет натуральный	150	149
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1668/1828