

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

Дата: 05.07.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша молочная кукурузная жидкая	150/180	63/76
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Чай с молоком	150/180	64/77
<b>Завтрак 2</b>		
Компот консервированный	100/100	67
<b>Обед</b>		
<b>Кабачки тушеный</b>	<b>30/50</b>	<b>25/41</b>
Суп рисовый с птицей	150/180	108/140
Каша пшеничная рассыпчатая	120/150	156/195
Гуляш мясной	50/70	211/214
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
<b>Яблоко свежее</b>	<b>100</b>	<b>46</b>
Баранки	50	169
Чай с лимоном	150/180	34/41
<b>Ужин</b>		
Суп пшенный с птицей	180	114
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1495/1664</b>