

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

Дата: 16.07.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная	150/170	102/124
Геркулесовая жидкая		
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	75/91
Завтрак 2		
Напиток из шиповника	100/100	51
Обед		
Томаты свежие	20/25	19/24
Суп с макаронными изделиями и птицей	150/180	92/118
Солянка сборная	150/170	168/190
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Молоко сгущённое	15/30	49/99
Запеканка из творога с морковью	100/130	284/374
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Икра кабачковая	50	45
Каша рассыпчатая с овощами	150	250
Компот из св. яблок	180	88
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1587/1865