

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

Дата: 19.07.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённная молочная жидкая	150/180	101/219
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	67
Обед		
Огурец солёный	30/50	9/11
Суп гречневый с говядиной	150/180	52/69
Птица тушеная в соусе с овощами	150/190	152/195
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Яблоко свежее	150	66
Сушки Посольские	30/40	111/148
Чай сладкий	150/180	28/29
Ужин		
Икра кабачковая	50	45
Макаронны отварные с сыром	150	237
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1285/1550