

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

Дата: 30.07.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/170	106/120
Бутерброд с маслом	20/5/10 25/5/15	78/98
Чай сладкий	150/180	23/28
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100/100	51
Обед		
Томаты свежие	30/50	7/12
Суп Снежок с мясом птицы	150/180	147/182
Мясные ёжики	130/160	317/392
Соус сметанный с томатом	30/50	20/33
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Молоко сгущённое	15/20	48/64
Запеканка из творога	100/130	193/251
Компот из изюма	150/180	85/102
Ужин		
Суп гречневый с мясом	180	69
Чай с лимоном	180	41
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1443/1727