

Утверждаю
 Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
 Т. А. Матафонова



Дата: 06.05.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшеничная молочная жидкая	150/170	140/168
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	75/91
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100/100	51
Обед		
Огурец свежий	30/50	4/7
Борщ с капустой, картофелем ,говядиной и сметаной	150/180	94/117
Каша рисовая рассыпчатая	110/130	187/222
Пудинг из печени с морковью	50/60	108/130
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Булочка творожная	50/70	185/259
Чай с сахаром	150/180	28/29
Ужин		
Уха с крупой	180	121
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1397/1628