

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

Дата: 14.08.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша гречневая молочная вязкая	150/180	195/234
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Чай с молоком	150/180	74/89
<b>Завтрак 2</b>		
Сок фруктовый	100/100	45
<b>Обед</b>		
Суп Снежок с мясом птицы	150/180	147/182
Ленивые голубцы с отварным мясом	150/170	471/505
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Бананы свежие	150	127
Бутерброд горячий с сыром и маслом	40/50	111/133
Чай с сахаром	150/180	28/29
<b>Ужин</b>		
Салат из морской капусты	60	74
Макаронные изделия отварные с овощами	180	176
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		1852/2027