

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



Дата: 16.08.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная Геркулесовая молочная жидкая	150/170	109/124
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	59/71
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	67
Обед		
Кабачки тушеные	30/50	25/41
Щи из свежей капусты на м/б	150/180	297/431
Рис отварной	110/5 130/6	150/177
Печень говяжья по - строгановски	50/70	153/213
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Яблоко свежее	100	47
Кондитерское изделие: Пряник	40	140
Компот из изюма	150/180	85/102
Ужин		
Суп с рыбными консервами	180	111
Чай с сахаром	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1607/1934