

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

Дата: 23.08.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша ячневая молочная вязкая	150/160	109/117
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Чай сладкий	150/180	23/28
Завтрак 2		
Сов. фруктовый	100/100	46
Обед		
Огурец солёный	40/50	5/7
Суп картофельный с макаронными изделиями	150/200	63/105
Рис отварной	110/5 130/6	150/177
Пудинг из печени с морковью	50/80	108/173
Компот из смеси с/ф	150/180	82/99
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Яблоко свежее	100	47
Кондитерское изделие: Вафли	20/30	100/150
Компот из кураги	150/180	85/102
Ужин		
Капуста тушенная с мясом	210	166
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1253/1531