

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

Дата: 02.09.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная Геркулесовая молочная жидкая	150/170	109/124
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	59/71
Завтрак 2		
Кисломолочный продукт: Снежок	100/100	79
Обед		
Суп картофельный с горохом и гречками	150/180	85/125
Макаронные изделия отварные с маслом	110/130	179/213
Гуляш Объединение из куриного филе	60/80	73/97
Компот из смеси с/ф	150/180	82/99
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Кондитерское изделие: Печенье сахарное	40	172
Компот из кураги	150/180	85/102
Ужин		
Сайра с овощами	40	43
Картофель отварной	150	164
Чай с сахаром	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1367/1554