

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

Дата: 08.11.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша ячневая молочная вязкая	180	117
Бутерброд с маслом	25/5	47
Какао с молоком	180	130
Завтрак 2		
Сок фруктовый	100	46
Обед		
Суп с рыбными консервами (сайра)	180	111
Мясо тушенное с овощами в соусе	180	285
Компот из смеси с/ф	180	99
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Кондитерское изделие: Баранки	50	173
Компот из кураги	180	102
Ужин		
Салат из морской капусты	60	74
Макаронные изделия отварные с овощами	180	176
Чай сладкий	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1578