

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



Дата: 12.11.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша овсяная Геркулесовая молочная	170	124
Бутерброд с маслом	25/5	47
Какао с молоком	180	130
<b>Завтрак 2</b>		
Напиток из плодов шиповника	100	51
<b>Обед</b>		
Суп Дальневосточный со сметаной	180	100
Макаронные изделия отварные с маслом	130	213
Печень тушеная в соусе	70	91
Компот из смеси с/ф	180	99
Хлеб пшеничный	35/45	95
<b>Полдник</b>		
Молоко сгущённое	30	64
Запеканка из творога	130	287
Компот из кураги	180	102
<b>Ужин</b>		
Рагу овощное	150	122
Чай с сахаром	180	28
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1648</b>