

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

Дата: 18.11.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	180	200
Бутерброд с маслом	25/5	47
Кофейный напиток	180	71
Завтрак 2		
Йогурт питьевой	100	83
Обед		
Свекольник со сметаной	200	84
Каша ячневая рассыпчатая	130	196
Курица тушеная в томатном соусе	70	106
Компот из смеси с/ф	180	99
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Бутерброд горячий с сыром и маслом	30/15/5	133
Компот из кураги	180	102
Ужин		
Суп картофельный с гречневой крупой	180	80
Чай сладкий	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1419