

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

Дата: 03.12.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	180	234
Бутерброд с маслом	25/5	44
Какао с молоком	180	130
Завтрак 2		
Напиток из свежемороженых ягод(брусника)	100	35
Обед		
Салат из горошка консервированного	50	40
Суп картофельный с крупой (пшено)	200	82
Макаронные изделия отварные с маслом	130	213
Котлета рыбная паровая	70	81
Соус томатный	50	38
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Молоко сгущённое	30	64
Запеканка из творога с морковью	130	374
Чай с лимоном	180	41
Ужин		
Рагу овощное	150	122
Напиток из свежих груш	180	97
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1887