

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

Дата: 04.12.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная Дружба (рис с пшеном)	180	216
Бутерброд с маслом	25/5	47
Чай с молоком	180	89
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	51
Обед		
Огурец солёный	50	6
Борщ на м/б со сметаной	180	84
Мясо тушенное с овощами в соусе	170	228
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Кондитерское изделие	40	184
Печенье сахарное		
Компот из кураги	180	102
Ужин		
Суп с рыбными консервами	180	111
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1436