

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

Дата: 11.12.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённая	180	173
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/15	98
Кофейный напиток с молоком	180	71
Завтрак 2		
Сок фруктовый	100	46
Обед		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	105
Капуста тушеная	130	102
Котлета мясная	70	155
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Батон нарезной с повидлом	40/16	146
Компот из свежемороженых ягод	180	66
Ужин		
Кукуруза отварная (консервированная)	50	29
Омлет натуральный	100	163
Чай сладкий	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1474