

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

Дата: 17.12.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная Геркулесовая молочная жидкая	170	124
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/15	98
Какао с молоком	180	130
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	51
Обед		
Рассольник Ленинградский с говядиной и сметаной	200	156
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		
Кондитерское изделие Баранки	50	169
Чай сладкий	180	47
Ужин		
Птица тушенная в соусе с овощами	230	195
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1620