Утверждаю
Заведующего МБДОУ ДСОВ №19
_____ / Матафонова П.А. /

Дата: 20.12.2024	**Масса порции** ясли/сад	**Калорийность порции** ясли/сад
Завтрак 1		
Каша манная молочная вязкая	150/200	194/259
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: яблоко	100/100	79/79
Обед		
Суп картофельный с клецками	150/180	189/262
Голубцы ленивые	120/150	163/204
Соус томатный	20/30	14/22
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Кондитерское изделие: печенье	50/50	184/184
Кисель	150/200	57/76
Ужин		
Омлет натуральный	200	219
Кукуруза консервированная	30	35
Напиток из кураги	200	134
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1204/2008