

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

Дата: 19.12.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	180	234
Бутерброд с маслом	25/5	47
Кофейный напиток с молоком	180	71
Завтрак 2		
Сок морковный	100	33
Обед		
Сельдь с луком	50	67
Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	84
Плов из птицы	170	154
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Ватрушка с повидлом	80	253
Компот из кураги	180	102
Ужин		
Суп с рыбными консервами	180	111
Чай сладкий	180	28
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1476