

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

Дата: 20.12.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная Дружба (рис с пшеном)	180	216
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/15	98
Чай с молоком	180	77
Завтрак 2		
Компот из свежемороженых ягод (смородина)	100	36
Обед		
Огурец солёный	50	6
Гренки	10	33
Суп картофельный с горохом	180	92
Соус сметанный	50	102
Макаронные изделия отварные с маслом	130	213
Пудинг из печени с морковью	80	173
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Яблоко свежее	150	66
Бутерброд с молоком сгущённым	30/15	120
Компот из изюма	180	102
Ужин		
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	106
Компот из свежих фруктов	180	88
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1820