

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

Дата: 23.12.2024	Масса порции (если/сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	180	200
Бутерброд с маслом	25/5	47
Какао с молоком	180	130
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток Снежок	100	79
Обед		
Икра кабачковая	50	41
Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	200	93
Гречка	130	217
Гуляш (говядина)	80	165
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Кондитерское изделие Вафли	50	210
Чай с сахаром	180	29
Ужин		
Суп картофельный с крупой(пшеничка)	200	85
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1614