



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

Дата: 27.12.2024	Масса порции (если/сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная Дружба (рис с пшеном)	180	216
Бутерброд с маслом	25/5	47
Чай сладкий	180	28
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	51
Обед		
Огурец солёный	50	6
Борщ на мясном бульоне	180	84
Макаронные изделия отварные с маслом	130	213
Котлета мясная	70	155
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Бутерброд горячий с сыром и маслом	30/15/5	133
Кисель	180	26
Ужин		
Омлет натуральный	120	119
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1472