

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



Дата: 16.01.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	200/2	140,0
Бутерброд с маслом	25/5	47,0
Чай сладкий	180	28,056
Завтрак 2		
Сок яблочный	100	46,0
Обед		
Огурец солёный	50	6,5
Суп с рыбными консервами (сайра)	200	133,8
Плов с мясом говядины	180	343,435
Компот из смеси с/ф	200	102,0
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Булочка Творожная	70	259,0
Кисель	180	26,14
Ужин		
Птица тушенная в соусе с овощами	230	209,0
Компот из кураги	180	102,0
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1632,931