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

Дата: 17.01.2024	**Масса порции (ясли/сад)**	**Калорийность порции**
Завтрак 1		
Каша пшеничная молочная жидкая	180/3	168,17
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/15	98,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Компот из изюма	100	56,1
Обед		
Кукуруза отварная(конная)	**50**	**29,0**
Суп картофельный с крупой(рис)	180/18	74,0
Картофель отварной с маслом	150/10	164,56
Котлета рыбная	80	165,27
Компот из смеси с/ф	200	61.9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Батон нарезной с повидлом	40/16	146,54
Компот из свежих фруктов	180	87.84
Ужин		
Капуста тушенная с мясом	210	120,0
Чай с лимоном	180	41.0
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1500,88