



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

Дата: 23.12.2024	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1</b>		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	89/119
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8; 35/5/10	167/254
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
<b>Завтрак 2</b>		
Свежие фрукты: яблоко	100/100	79/79
<b>Обед</b>		
Салат ДВ	30/40	37/49
Суп картофельный с бобовыми (зеленый горошек)	150/180	134/191
Плов из говядины	130/180	255/392
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
<b>Полдник</b>		
Печенье домашнее	50/50	233/233
Компот из изюма	150/200	85/113
<b>Ужин</b>		
Картофель тушеный	200	385
Отвар из плодов шиповника	200	111
Хлеб пшеничный	45	106
<b>Итого калорий в день</b>		1294/2314