

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



Дата: 28.12.2024	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1</b>		
Каша пшенная молочная жидкая	150/200	187/250
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Какао с молоком	150/200	88/116
<b>Завтрак 2</b>		
Свежие фрукты: яблоко	100/100	79/79
<b>Обед</b>		
Суп из морской капусты, яйцом и сметаной	150/9; 200/11	155/245
Каша гречневая с тушеной говядиной	150/200	204/272
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие: печенье	50/50	184/184
Чай с сахаром	150/200	18/25
<b>Итого калорий в день</b>		1173/1512