



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

Дата: 05.02.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1</b>		
Каша рисовая молочная вязкая	150/200	190/253
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8; 35/5/10	167/254
Какао с молоком	150/200	70/100
<b>Завтрак 2</b>		
Свежие фрукты: груша	100/100	67/67
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с крупой (пшеничный с яйцом)	150/200	160/192
Гороховое пюре	100/150	160/240
Котлета рубленая из птицы	50/70	157/220
Суп томатный	20/30	14/22
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
Отвар из плодов шиповника	150/200	83/111
<b>Ужин</b>		
Капуста, тушенная с говядиной	200	324
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	45	106
<b>Итого калорий в день</b>		1401/2293