



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

Дата: 17.01.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1.</b>		
Омлет натуральный	130/150	167/193
Кукуруза консервированная	30/40	35/47
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
<b>Завтрак 2</b>		
Отвар из плодов шиповника	100/100	55/55
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	150/180	114/153
Бигус	120/160	196/245
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие: вафля	50/50	219/219
Компот из изюма	150/200	85/113
<b>Ужин</b>		
Макаронные изделия с тертым сыром	140/15/7	261
Компот консервированный	200	130
Хлеб пшеничный	45	106
<b>Итого калорий в день</b>		1195/1950