

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

Дата: 19.01.2024	Масса порции (г/мл/скал)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша пшённая молочная жидкая	150/180	101/219
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
<b>Завтрак 2</b>		
Сок яблочный	100/100	46
<b>Обед</b>		
Суп рисовый с птицей	150/180	108/144
Бигус с мясом	150/170	209/238
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Булочка домашняя	50/70	150/176
Кисель	150/180	22/26
<b>Ужин</b>		
Картофель тушеный с мясом	200	219
Чай с сахаром	180	29
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		1255/1512