

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

Дата: 25.07.2024	Масса порции (ясли/сал)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша пшеничная молочная	150/180	140/168
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Какао с молоком	150/180	89/107
<b>Завтрак 2</b>		
Сок фруктовый	100/100	48
<b>Обед</b>		
Суп с рыбными консервами (сайра)	150/180	71/83
Капуста тушеная	120/150	90/113
Птица запеченная	85/100	221/255
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
<b>Полдник</b>		
Булочка домашняя молочная	50/60	207/250
Чай сладкий	150/180	23/28
<b>Ужин</b>		
Суп картофельный с фасолью и говядиной	180	97
Кисель	180	26
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		1314/1506