

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



Дата: 29.11.2024	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша молочная рисовая	180	195
Бутерброд с маслом	25/5	47
Чай сладкий	180	28
<b>Завтрак 2</b>		
Сок яблочно-абрикосовый	100	45
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с макаронными изделиями	200	105
Капуста тушеная	130	102
Котлета мясная	70	155
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие: Печенье овсяное	60	169
Кисель	180	26
<b>Ужин</b>		
Омлет натуральный	150	149
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1415</b>