

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

Дата: 13.01.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная	170/4	170,0
Геркулесовая молочная жидкая		
Бутерброд с маслом	25/5	47,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
Завтрак 2		
Компот консервированный	100	53,0
Обед		
Рассольник Ленинградский с говядиной и сметаной	200/10/5	156,5
Каша гречневая рассыпчатая	140	194,3
Гуляш	80	176,63
Компот из смеси с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Булочка Домашняя	80	176,0
Чай сладкий	180	28,06
Ужин		
Суп картофельный с макаронными изделиями и курой	180	122,6
Кисель	180	26,14
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1498,93