



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

Дата: 14.01.2025

	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённая	180/2	172,72
Бутерброд с маслом	25/5	47,0
Чай с молоком	200	113,06
Завтрак 2		
Кисломолочный продукт Снежок	100	142
Обед		
Суп картофельный с консервированной фасолью на мясном бульоне	200	165,12
Каша ячневая рассыпчатая	130/6	196,4
Биточки мясные	70	306,38
Соус сметанный с томатом	50	33
Компот из смеси с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Яблоко свежее	150	70,5
Бутерброд с молоком сгущённым	30/15	120,0
Компот из кураги	180	102
Ужин		
Суп из овощей с курицей	180/20	98,2
Напиток яблочный	180	96,84
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1915,12