

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



Дата: 15.01.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная Дружба (рис с гречкой)	180/3	155,0
Бутерброд с маслом и сыром	25/5/15	98,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
Завтрак 2		
Компот из свежемороженых ягод(брусника)	100	34,72
Обед		
Салат из свеклы отварной	50	44,5
Гренки из пшеничного хлеба	10	33,42
Суп картофельный с бобовыми	180	137,1
Макаронные отварные	150	229,76
Пудинг из печени с морковью	80	173,0
Компот из смеси с/ф	180	102
Хлеб пшеничный	45	95
Полдник		
Кондитерское изделие печенье Зоологическое	40	240
Чай с лимоном	180	41
Ужин		
Суп картофельный с фрикадельками	200	106,27
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1783,57