

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

Дата: 20.01.2024	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша молочная рисовая	180/3	194,74
Бутерброд с маслом	25/5	47,0
Чай сладкий	180	28,056
<b>Завтрак 2</b>		
Кисломолочный продукт Снежок	100	79,0
<b>Обед</b>		
Борщ с капустой и картофелем	200	126,32
Каша гречневая рассыпчатая	140	194,3
Гуляш (свинина)	80	176,63
Компот из смеси с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
<b>Полдник</b>		
Бутерброд горячий с сыром и маслом	30/15/5	133,24
Компот из свежемороженых ягод	180	65,93
<b>Ужин</b>		
Уха с крупой	180	121,0
Компот из изюма	180	102,0
хлеб	45	95,0
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1520,116</b>