

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

Дата: 03.02.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша манная молочная жидкая	180/7	200,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
<b>Завтрак 2</b>		
Йогурт питьевой	100	83,0
<b>Обед</b>		
Гренки из пшеничного хлеба	10	33,42
Суп картофельный с бобовыми и свиной	180	137,1
Каша пшеничная рассыпчатая	130	200,0
Гуляш Объединение из куриного филе	80	96,64
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
<b>Полдник</b>		
Батон нарезной с повидлом	40/16	146,54
Чай с лимоном	180	41,0
<b>Ужин</b>		
Кукуруза отварная (кон-ая)	50	29,0
Омлет натуральный	100	163,10
Компот из кураги	180	102,0
хлеб	45	95,0
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1676,5</b>