

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

Дата: 10.02.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная рисовая	180/3	194,74
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Чай с молоком	200	113,06
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: Снежок	100	78,2
Обед		
Салат из моркови	50	66,0
Щи из свежей капусты с картофелем и курицей	175/20/5	92,8
Каша гречневая рассыпчатая	135/5	194,3
Бефстроганов из мяса	70	107,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Груша свежая	100	46,53
Бутерброд с молоком сгущённым	30/15	120,0
Напиток лимонный	180	62,9
Ужин		
Суп картофельный с макаронными изделиями и курой	180	122,6
Сок	180	66,7
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1561,73