

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

Дата: 27.02.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша овсяная	170/4	124,1
Геркулесовая молочная жидкая		
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Какао с молоком	180	98,5
<b>Завтрак 2</b>		
Сок	100	52,8
<b>Обед</b>		
Салат картофельный с зелёным горошком	50	69,1
Суп Дальневосточный	200	187,7
Каша ячневая рассыпчатая	130/6	196,4
Курица тушеная в томатном соусе	70	106,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	35/45	94,0
<b>Полдник</b>		
Булочка Домашняя	80	176,0
Чай сладкий	180	28,06
<b>Ужин</b>		
Уха с крупой	180/30	121,0
Компот из изюма	180	102,0
хлеб	45	94,0
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1609,6</b>