



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

Дата: 24.01.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша манная молочная вязкая	150/200	194/259
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: банан/яблоко	100/100	89/79
Обед		
Суп картофельный с клецками	150/180	189/262
Тефтели из говядины с рисом	100/140	185/259
Соус томатный	20/30	14/22
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Кондитерское изделие: печенье	50/50	184/184
Кисель	150/200	57/76
Ужин		
Омлет натуральный	200	219
Кукуруза консервированная	30	35
Напиток из кураги	200	134
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1236/2063