



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

Дата: 31.01.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
<b>Завтрак 1</b>		
Омлет натуральный	130/150	167/193
Кукуруза консервированная	30/40	35/47
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
<b>Завтрак 2</b>		
Свежие фрукты: груши/яблоки	100/100	67/79
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми и гренками	150/10; 180/15	114/153
Бигус	120/160	196/245
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
<b>Полдник</b>		
Кондитерское изделие: вафля	50/50	219/219
Компот из изюма	150/200	85/113
<b>Ужин</b>		
Макаронные изделия с тертым сыром	140/15/7	261
Напиток из кураги	200	134
Хлеб пшеничный	45	106
<b>Итого калорий в день</b>		1207/1978