

Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
Л. А. Матафонова/

Дата:	Масса порции (если/са)	Калорийность порции
07.02.20234		
Завтрак 1		
Каша пшеничная молочная жидкая	150/180	104/204
Бутерброд с маслом и сыром	20/5/10 25/5/15	78/98
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	67
Обед		
Свекольник с мясом и сметаной	150/180	88/106
Капуста тушенная	120/150	90/113
Котлета мясная	50/60	126/151
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Печенье домашнее	35/50	150/215
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Суп гречневый с мясом	200	69
Кисель	180	26
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1159/1458