

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

Дата:	Масса порции (г/мл/с/д)	Калорийность порции
26.02.2024		
Завтрак 1		
Каша пшённая молочная жидкая	150/180	101/219
Бутерброд с маслом	20/5 25/5	44/47
Кофейный напиток	150/180	69/84
Завтрак 2		
Йогурт питьевой	100/100	83
Обед		
Салат из кукурузы и яйца	30/50	20/32
Борщ с мясом и сметаной	150/180	100/134
Рис отварной	100/150	140/210
Суфле из рыбы	60/80	91/125
Компот из смеси с/ф	150/180	93/94
Хлеб пшеничный	35/45	70/95
Полдник		
Вафли	50	265
Чай с лимоном	150/180	34/41
Ужин		
Картофель тушеный	200	244
Компот из изюма	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1551/1870