

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



Дата: 28.01.2025	Масса порции (если сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	140,0
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Чай с молоком	180	113,06
Завтрак 2		
Компот консервированный	100	49,0
Обед		
Огурец солёный	50	6,5
Суп картофельный с крупой (пшено)	180/18	82,4
Птица тушенная в соусе с овощами	230	195,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Булочка Творожная	70	259,0
Напиток яблочно-лимонный	180	84,6
Ужин		
Плов с мясом говядины	180	343,435
Кисель	180	26,14
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1536,7