

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

Дата: 04.02.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	200	140,0
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Чай с молоком	200	113,06
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	35,5
Обед		
Суп с рыбными консервами (без крупы)	200	133,8
Каша гречневая рассыпчатая	140	194,3
Соус сметанный с томатом	50	33,0
Котлета мясная	70	155,4
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Молоко сгущённое	20	66,0
Запеканка из творога	130	287,3
Компот из изюма	180	102,0
Ужин		
Плов с мясом птицы	170	153,7
Кисель	180	26,14
хлеб	45	95,0
Итого калорий в день		1748,43