

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



Дата: 07.02.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшеничная молочная жидкая	180/3	168,17
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
Завтрак 2		
Компот кон-ый	100	32,67
Обед		
Сельдь с луком	50	67,0
Свекольник со сметаной	180/8	104/4
Мясо тушенное с овощами в соусе	220	296,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
Полдник		
Яблоко свежее	150	70,5
Кондитерское изделие Сушка ванильная	30	154,2
Чай с сахаром	180	28,0
Ужин		
Ленивые голубцы с отварным мясом	170	505,0
Компот из кураги	180	102
хлеб	45	95
Итого калорий в день		1972,64