

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

Дата: 11.02.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность в порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша молочная гречневая молочная вязкая	180/3	234,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Какао с молоком	180	98,5
<b>Завтрак 2</b>		
Компот из свежемороженых ягод	100	34,72
<b>Обед</b>		
Салат из солёного огурца	30	82,01
Суп картофельный с клёцками и птицей	200	146,3
Плов с мясом говядины	180	343,44
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
<b>Полдник</b>		
Булочка Октябрёнок	60	199,6
Чай сладкий	180	28,06
<b>Ужин</b>		
Суп из овощей с курицей	180/2	98,2
Напиток яблочный	180	96,84
хлеб	45	95,0
<b>Итого калорий в день</b>		1709,56