

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

Дата: 26.02.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшеничная молочная жидкая	180/3	168,17
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Чай с молоком	200	113,06
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	43,45
Обед		
Рыба солёная порционная	30	36,0
Суп по-весеннему со сметаной	200	121,65
Жаркое по-домашнему	230	322,06
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Батон нарезной с повидлом	40/16	146,54
Чай с лимоном	180	41,0
Ужин		
Суп картофельный с крупой (пшено)	180	88,5
Напиток яблочный	180	96,84
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1474,17