

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

П. А. Матафонова/

Дата: 03.03.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	180	200,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
Завтрак 2		
Йогурт питьевой	100	83,0
Обед		
Гренки из пшеничного хлеба	10	33,42
Суп картофельный с бобовыми со свиной	180	137,1
Соус томатный	50	38,0
Макаронь отварные	150	229,76
Котлета рыбная	80	165,27
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Батон нарезной с повидлом	40/16	146,51
Чай с лимоном	180	41,0
Ужин		
Суп картофельный с гречневой крупой	180	80,0
Компот из кураги	180	102,0
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1700,76