

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

Дата: 07.03.2025	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 консервированный	100	49,0
Обед		
Суп картофельный с макаронными изделиями и птицей	180	122,6
Капуста тушеная	130	101,9
Котлета по-хлыновски	80	271,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Яблоко свежее	100	47,0
Сушка ванильная	30	154,2
Чай с сахаром	80	28,0
Ужин		
Кукуруза отварная (кон-ая)	50	29,0
Омлет натуральный	150	149,0
Компот из кураги	180	102,0
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1666,6