

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

/П. А. Матафонова/

Дата: 11.03.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	180/3	234,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Компот из свежемороженых ягод	100	34,72
Обед		
Салат из солёного огурца	30	82,01
Суп картофельный с клецками и птицей	200	146,3
Плов с мясом говядины	180	343,44
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Булочка творожная	70	256,0
Чай сладкий	180	28,06
Ужин		
Суп из овощей	180/20	98,2
Напиток яблочный	180	96,84
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1768,96