

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19



П. А. Матафонова/

Дата: 24.07.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
<b>Завтрак 1</b>		
Каша манная молочная жидкая	180/7	200,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Чай сладкий	180	28,056
<b>Завтрак 2</b>		
Компот из кураги	100	56,1
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с гречневой крупой	180	80,0
Ленивые голубцы с отварным мясом	170	290,36
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	95,0
<b>Полдник</b>		
Булочка Школьная	40	114,66
Напиток яблочно-лимонный	180	84,6
<b>Ужин</b>		
Кукуруза отварная (кон-ая)	50	29,0
Омлет натуральный	100	163,1
Кисель	180	26,14
хлеб	45	95
<b>Итого калорий в день</b>		<b>1419,9</b>