

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

И. А. Матафонова

Дата: 15.05.2025	Масса порции (ясн/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная	170/4	124,1
Геркулесовая молочная жидкая		
Бутерброд с сыром	45/5/15	98,0
Чай с молоком	200	113,06
Завтрак 2		
Компот консервированный	100	32,62
Обед		
Суп картофельный с гречневой крупой	180	80,0
Бигус	170	165,9
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Булочка Октябрёнок	60	199,6
Компот из свежих фруктов	180	87,84
Ужин		
Суп с рыбными консервами	200	133,8
Напиток из плодов шиповника	180	79,0
Хлеб пшеничный	45	94,0
Итого калорий в день		1363,8