

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

Дата: 22.05.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная	170/4	124,1
Геркулесовая молочная жидкая		
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Сок	100	52,8
Обед		
Салат картофельный с зелёным горошком	50	69,1
Суп Дальневосточный	200	187,7
Соус томатный	50	38,0
Каша ячневая рассыпчатая	130/6	196,4
Котлета рубленая из птицы	70	120,2
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	35/45	94,0
Полдник		
Булочка Домашняя	80	176,0
Чай сладкий	180	28,06
Ужин		
Уха с крупой	180/30	121,0
Компот из изюма	180	102,0
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1661,8