


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

Дата: 29.05.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	180/3	234,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Чай сладкий	180	28,056
Завтрак 2		
Компот из кураги	100	56,1
Обед		
Салат из зелёного горошка кон-ого	60	34,8
Суп Дальневосточный	200	187,7
Рис припущенный	130	178,9
Соус томатный	50	38,0
Котлета рыбная	80	165,27
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Булочка Школьная	40	114,66
Напиток яблочно-лимонный	180	84,6
Ужин		
Икра кабачковая	60	41,8
Макароны отварные с овощами	180	176,0
Кисель	180	26,14
Хлеб пшеничный	45	94,0
Итого калорий в день		1713,9