

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

| Дата: 06.06.2025                     | Масса порции (если/сад) | Калорийность порции |
|--------------------------------------|-------------------------|---------------------|
| <b>Завтрак 1</b>                     |                         |                     |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 200                     | 140,0               |
| Бутерброд с маслом                   | 35/5                    | 47,0                |
| Чай с молоком                        | 200                     | 113,06              |
| <b>Завтрак 2</b>                     |                         |                     |
| Напиток из плодов шиповника          | 100                     | 43,45               |
| <b>Обед</b>                          |                         |                     |
| <b>Кукуруза отварная (кон-ая)</b>    | <b>50</b>               | <b>29,0</b>         |
| Соус томатный                        | 50                      | 38,0                |
| Суп Снежок                           | 180/20                  | 182,07              |
| Рис припущенный                      | 130                     | 178,9               |
| Котлета рыбная                       | 80                      | 165,27              |
| Компот из с/ф                        | 200                     | 61,9                |
| Хлеб пшеничный                       | 45                      | 94,0                |
| <b>Полдник</b>                       |                         |                     |
| <b>Баранки</b>                       | <b>50</b>               | <b>180,0</b>        |
| Молоко кипячёное                     | 180                     | 90,66               |
| <b>Ужин</b>                          |                         |                     |
| Суп картофельный с гречневой крупой  | 180                     | 80,0                |
| Компот из кураги                     | 180                     | 102,0               |
| хлеб                                 | 45                      | 94,0                |
| <b>Итого калорий в день</b>          |                         | <b>1639,3</b>       |