

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

Дата: 01.07.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	180/7	200,0
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	43,45
Обед		
Суп картофельный с крупой (рис)	180	68,0
Рагу овощное с мясом	220	301,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Булочка Творожная	70	259,0
Чай сладкий	180	28,06
Ужин		
Уха с крупой	200/20	83,0
Напиток яблочный	180	96,84
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1525,7