



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

Дата: 09.07.2025	Масса порции ясли/сад	Калорий ность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша рисовая молочная вязкая	150/200	190/253
Бутерброд с маслом и сыром	30/5/8; 35/5/10	167/254
Какао с молоком	150/200	70/100
Завтрак 2		
Свежие фрукты: груша	100/100	67/67
Обед		
Корнишон	30/40	24/36
Суп картофельный с крупой (пшеничный с яйцом)	150/200	160/192
Картофельное пюре	120/150	109/137
Рыба, тушенная в томате с овощами	90/120	175/233
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Сырники из творога	95/120	250/316
Молоко, сгущенное с сахаром	15/20	48/64
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Итого калорий в день		1436/1885