

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

Дата: 11.07.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённая	180/2	172,72
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	43,45
Обед		
Икра кабачковая	60	41,0
Свекольник со сметаной	180/8	96,37
Картофель отварной с маслом	150/10	164,56
Котлета рыбная	80	165,27
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Бутерброд с молоком сгущённым	30/15	120,0
Компот из изюма	180	102,0
Ужин		
Суп Снежок с мясом птицы	180/13	182,07
Чай сладкий	180	28,06
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1510,9