

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

Дата: 14.07.2025	Масса порции (ясли/сал)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша молочная рисовая	180/3	194,74
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Чай сладкий	180	28,06
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: Снежок	100	78,2
Обед		
Огурец солёный	50	6,5
Борщ на м/б со сметаной	180/8	84,2
Каша пшеничная рассыпчатая	130/5	200,0
Мясо тушенное	40/40	176,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Бутерброд горячий с сыром и маслом	30/5/15	133,24
Напиток яблочный	180	96,84
Ужин		
Суп картофельный с крупой(пшено)	180/13	76,4
Компот из изюма	180	102,0
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1473,1