

Утверждаю
Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

Т. А. Матафонова/

Дата: 01.08.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	94,0/140,0
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	111,6/170,8
Чай с молоком	150/200	37,7/50,9
Завтрак 2		
Сок фруктовый	100/100	46,0
Обед		
Рассольник Ленинградский	150/200	114,9/150,8
Соус томатный	30/50	23,0/38,0
Рис отварной	120/150	162,8/203,5
Котлета рыбная запечённые	60/70	106,1/119,7
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Яблоко свежее	100	47,0
Бутерброд с молоком сгущённым	20/10/30/15	81,0/120,0
Кисель	150/180	21,8/26,1
Ужин		
Суп картофельный с гречневой крупой	180	80,0
Компот из кураги	200	66,9
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		977,2/1528,7