

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

Дата: 08.08.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшеничная молочная	150/180	143,9/172,7
Бутерброд с сыром	30/5/40/10	111,6/170,8
Какао с молоком	150/200	60,8/100,4
Завтрак 2		
Напиток из плодов шиповника	100	36,0
Обед		
Су Дальневосточный	150/200	140,8/187,7
Картофельное пюре	120/150	111,5/139,4
Котлета рыбная	60/80	68,6/91,5
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Груша свежая	100	47,0
Вафли	20/30	102,0/153,0
Компот из кураги	150/200	50,2/66,9
Ужин		
Суп с крупой и томатом(рис)	180/20	85,0
Чай с сахаром	200	26,8
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		1003,7/1546,2