

Утверждаю
 И.О. Заведующий МБДОУ ДСОВ №19
 Матафонова П.А. /
 10.09.2025

Дата: 10.09.2025	Масса порции сад	Калорийность порции сад
Завтрак 1		
Каша овсяная «геркулес» молочная вязкая	200	264
Бутерброд с маслом	35/5	146
Кофейный напиток с молоком	200	87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: груша	100	67
Обед		
Икра кабачковая	35	41
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	291
Макаронные изделия отварные	130	196
Гуляш	70/50	268
Компот из смеси с/ф	200	89
Хлеб пшеничный	45	106
Полдник		
Запеканка из творога	120	345
Соус фруктовый	30	25
Чай с лимоном и сахаром	200	38
Итого калорий в день		1963