



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

Дата: 08.09.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша жидкая молочная рисовая	120/150	110,7/138,4
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	111,6/170,8
Чай с сахаром	150/200	19,6/26,8
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: Снежок	100/130	53,0/63,0
Обед		
Суп с рыбными консервами (без крупы)	150/200	100,4/133,8
Каша гречневая рассыпчатая	110/150	169,4/230,1
Бефстроганов из мяса	50/70	76,4/107,0
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Бутерброд горячий с сыром	25/5/10/30/5/15	111,3/133,2
Компот из яблок	150/180	73,2/97,6
Ужин		
Капуста тушеная с мясом	150	254,6
Компот из изюма	200	75,8
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		956,9/1700,1