

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

Дата: 10.10.2025	Масса порции (если/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/180	166,0/200,0
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	147,4/224,5
Чай с сахаром	150/200	19,6/26,8
Завтрак 2		
Компот из изюма	100	37,5
Обед		
Суп картофельный с крупой (рис) на к/б	150/200	102,0/136,0
Капуста тушеная	120/150	62,2/77,7
Котлеты из говядины	60/75	177,0/221,3
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Пряник промышленного производства	50/50	183,0
Молоко кипячёное	150/160	85,0/90,7
Ужин		
Икра кабачковая	50	59,5
Макароны отварные с овощами	150	180,8
Компот из яблок	180	97,6
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		1042,1/1684,6