

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

Дата: 31.10.2025	Масса порции сад	Калорийно сть порции сад
Завтрак 1		
Каша манная молочная вязкая	200	259
Бутерброд с маслом	35/5	146
Чай с молоком и сахаром	200	87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: груша	100	67
Обед		
Салат ДВ	30	49
Суп картофельный с клецками	180	262
Тефтели из говядины с рисом	140	259
Соус томатный	30	22
Компот из смеси с/ф	200	89
Хлеб пшеничный	45	106
Полдник		
Кондитерское изделие: печенье	50	214
Кисель	200	76
Ужин		
Омлет натуральный	200	219
Кукуруза консервированная	30	35
Напиток из кураги	200	134
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		2130