

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

Дата: 13.03.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная	170/4	124,1
Геркулесовая молочная жидкая		
Бутерброд с сыром	35/5/15	98,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
Завтрак 2		
Компот кон-ый	100	
Обед		
Икра кабачковая	60	41,8
Борщ на м/б со сметаной	180/8	84,2
Макаронны отварные	150/4	229,76
Пудинг из печени с морковью	80	173,0
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Ватрушка с повидлом	80	253,0
Чай с лимоном	180	41,0
Ужин		
Жаркое по-домашнему	230	262,3
Кисель	180	26,14
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1736,1