

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

Дата: 30.04.2025		Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1			
Каша ячневая молочная вязкая		160/4	116,8
Бутерброд с маслом		35/5	47,0
Какао с молоком		180	98,5
Завтрак 2			
Сок		100	52,8
Обед			
Салат из свеклы с чесноком		60	56,3
Суп картофельный с крупой(пшено)		180	76,4
Макароны отварные		150	229,76
Пудинг из печени с морковью		80	173,0
Компот из с/ф		200	61,9
Хлеб пшеничный		45	94,0
Полдник			
Молоко сгущённое		20	66,0
Запеканка из творога		130	287,3
Чай сладкий		180	28,06
Ужин			
Бигус		170	165,9
Компот из изюма		180	102,0
хлеб		45	94,0
Итого калорий в день			1749,8