



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

Дата: 16.05.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённая	180/2	172,72
Бутерброд с маслом	35/5	47,0
Какао с молоком	180	98,5
Завтрак 2		
Компот из свежемороженных ягод	100	34,72
Обед		
Кукуруз кон-ая	50	29,0
Свекольник со сметаной	180/5	104,4
Рис припущенный	130	178,9
Печень тушеная в соусе	40/30	91,3
Компот из с/ф	200	61,9
Хлеб пшеничный	45	94,0
Полдник		
Яблоко свежее	100	47,0
Вафли	30	150,0
Компот из кураги	180	102,0
Ужин		
Суп с крупой и томатом на к/б	180/20	85,0
Чай сладкий	180	28,056
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1418,5