

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

Дата: 05.06.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша овсяная Геркулесовая молочная жидкая	170/4	124,1
Бутерброд с сыром	45/5/15	98,0
Кофейный напиток с молоком	180	96,8
Завтрак 2		
Компот консервированный	100	32,62
Обед		
Томаты с растительным маслом	25	23,7
Борщ на м/б со сметаной	180/5	84,2
Макароны отварные	150	229,76
Печень тушенная в соусе	40/30	91,3
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		
Суп с крупой и томатом на к/б	180/20	85,0
Кисель	180	26,14
Хлеб пшеничный	45	94,0
Итого калорий в день		1435,5