

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

Дата: 03.07.2025	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 из изюма	100	56,1
Обед		
Огурец свежий	50	7,0
Борщ на м/б со сметаной	180/8	84,2
Макароньы отварные	150/4	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	45	94,0
Итого калорий в день		1442,3