

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

Дата: 06.08.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша ячневая молочная вязкая	150/160	108,6/116,8
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	190,07/170,78
Какао с молоком	150/200	60,8/100,4
Завтрак 2		
Сок	100	56,1
Обед		
Огурец свежий	30/50	4,2/8,4
Суп картофельный с консервированной фасолью на м/б	200	148,61/165,12
Макароны отварные	120/150	166,2/207,7
Пудинг из печени с морковью	50/80	108,0/173,0
Соус томатный	30/50	23,0/38,0
Компот из смеси с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Творожное печенье	50/70	164,59/203,35
Чай с сахаром	150/200	19,6/26,8
Ужин		
Жаркое по-домашнему	150	238,4
Кисель	180	22,27
хлеб	45	94,0
Итого калорий в день		1214,07/1796,12