

Заведующий МБДОУ ДСОВ №19

П. А. Матафонова/

Дата: 20.10.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша Рябчик	130/200	109,9/169,1
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	111,6/170,8
Кофейный напиток с молоком	150/200	58,9/86,0
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток Снежок	100/100	53,0
Обед		
Гренки из пшеничного хлеба	15/20	35,3/58,8
Суп картофельный с бобовыми с мясом	180/200	94,04/104,5
Каша пшеничная рассыпчатая	110/130	159,2/200,0
Гуляш из птицы	50/70	77,9/99,1
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Бутерброд горячий с сыром и маслом	25/5/10/30/5/15	111,3/133,2
Компот из кураги	150/200	50,2/66,9
Ужин		
Жаркое по- домашнему	150	238,4
Чай с сахаром	200	26,8
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		992,6/1675,6