



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

Дата: 10.11.2025	Масса порции сад	Калорий ность порции сад
Завтрак 1		
Каша кукурузная молочная вязкая	200	236
Бутерброд с маслом	35/5	146
Какао с молоком	200	116
Завтрак 2		
Компот консервированный	100	65
Обед		
Суп из морской капусты, яйцом и сметаной	180/11	245
Каша гречневая рассыпчатая	150	222
Бефстроганов	70/30	305
Компот из смеси с/ф	200	89
Хлеб пшеничный	45	106
Полдник		
Ватрушка с повидлом	50	245
Напиток из кураги	200	134
Ужин		
Картофель тушеный	200	252
Компот из изюма	200	113
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		2380