



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

Дата: 19.01.2026	Масса порции сад	Калорий ность порции сад
Завтрак 1		
Каша кукурузная молочная вязкая	200	236
Бутерброд с маслом и сыром	35/5/10	254
Какао с молоком	200	116
Завтрак 2		
Компот консервированный	100	65
Обед		
Корнишон	40	36
Суп из морской капусты, яйцом и сметаной	180/11	245
Каша рисовая рассыпчатая	150	279
Бефстроганов	70/30	305
Компот из смеси с/ф	200	89
Хлеб пшеничный	45	106
Полдник		
Булочка домашняя	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		2 581