

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

Дата: 26.01.2026	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/180	166,0/200,0
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	111,6/170,8
Чай с молоком и сахаром	150/200	37,7/50,9
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток "Снежок"	100/100	53,0/53,0
Обед		
Кукуруза сахарная	30/60	15,7/31,3
Суп с лапшой, с мясом птицы	180/200	103,35/114,83
Каша пшеничная рассыпчатая	110/130	159,2/200,0
Гуляш из говядины	60/80	139,2/185,6
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Бутерброд горячий с сыром	25/5/10/30/5/15	111,34/133,24
Компот из изюма	150/200	56,9/75,8
Ужин		
Суп с крупой гречневой и мясом	200	91,0
Чай с сахаром	200	26,8
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		1085,25/1519,19