


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

Дата: 17.02.2026	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша пшённая	150/180	143,95/172,72
Бутерброд с сыром	30/5/10/40/10/15	147,36/224,48
Чай с сахаром	150/200	19,6/26,8
Завтрак 2		
Компот из кураги	100/100	33,45/33,45
Обед		
Салат из свеклы отварной	30/60	22,9/45,6
Суп с рыбными консервами	150/180	100,35/111,05
Картофельное пюре	120/150	96,83/121,04
Пудинг из печени с морковью	50/80	108,0/173,0
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Творожное печенье	60/70	164,59/203,35
Компот из яблок	150/180	73,2/97,6
Ужин		
Суп с крупой и томатом на к/б	200	85,0
Компот из изюма	200	75,8
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		1041,53/1638,89