



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

Дата: 16.02.2026	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		
Салат из моркови	40	60
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
Чай с сахаром и лимоном	200	38
Ужин		
Картофель тушеный	200	252
Компот из изюма	200	113
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		2 509