

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

Дата: 19.02.2026	Масса порции сад	Калорийность порции сад
Завтрак 1		
Макаронные изделия с тертым сыром	140/15/7	261
Бутерброд с маслом	35/5	146
Кофейный напиток с молоком	200	116
Завтрак 2		
Напиток из кураги	100	134
Обед		
Свекольник	180/11	244
Каша гречневая рассыпчатая	150	222
Гуляш	70/50	245
Компот из смеси с/ф	200	89
Хлеб пшеничный	45	106
Полдник		
Запеканка из творога	120	345
Соус фруктовый	30	25
Чай с лимоном и сахаром	200	38
Ужин		
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	191
Компот из изюма	200	113
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		2 381