



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

Дата: 20.02.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Макаронные изделия с тертым сыром	120/15/5; 140/15/7	209/261
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Кофейный напиток с молоком	150/200	88/116
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: снежок	100/100	79/79
Обед		
Свекольник	150/9; 180/11	203/244
Каша гречневая рассыпчатая	120/150	178/222
Гуляш из отварной говядины	50/50; 70/50	212/245
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Ватрушка с творогом	50/50	245/245
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Ужин		
Суп картофельный с крупой и рыбными консервами	200	187
Компот из изюма	200	113
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1499/2197