



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

| Дата: 06.03.2025 | 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: ряженка | 100/100 | 64/64 |
| 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 | | |
| Булочка домашняя | 50/50 | 245/245 |
| Молоко кипяченое | 150/200 | 79/106 |
| Ужин | | |
| Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 200 | 187 |
| Компот из изюма | 200 | 113 |
| Хлеб пшеничный | 45 | 106 |
| Итого калорий в день | | 1536/2250 |