

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



| Дата: 04.04.2025                      | Масса порции<br>ясли/сад | Калорийность порции<br>ясли/сад |
|---------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| <b>Завтрак 1</b>                      |                          |                                 |
| Каша манная молочная вязкая           | 150/200                  | 194/259                         |
| Бутерброд с маслом                    | 30/5;<br>35/5            | 109/146                         |
| Чай с молоком и сахаром               | 150/200                  | 66/87                           |
| <b>Завтрак 2</b>                      |                          |                                 |
| Сок фруктовый                         | 100/100                  | 75/75                           |
| <b>Обед</b>                           |                          |                                 |
| Салат ДВ                              | 20/30                    | 37/49                           |
| Суп картофельный с клецками           | 150/180                  | 189/262                         |
| Тефтели из говядины с рисом           | 100/140                  | 185/259                         |
| Соус томатный                         | 20/30                    | 14/22                           |
| Компот из смеси с/ф                   | 150/200                  | 67/89                           |
| Хлеб пшеничный                        | 35/45                    | 82/106                          |
| <b>Полдник</b>                        |                          |                                 |
| Кондитерское изделие: печенье овсяное | 50/50                    | 214/214                         |
| Кисель                                | 150/200                  | 57/76                           |
| <b>Ужин</b>                           |                          |                                 |
| Омлет натуральный                     | 200                      | 219                             |
| Кукуруза консервированная             | 30                       | 35                              |
| Напиток из кураги                     | 200                      | 134                             |
| Хлеб пшеничный                        | 45                       | 106                             |
| <b>Итого калорий в день</b>           |                          | 1289/2138                       |