



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

Дата: 07.04.2025	Масса порции ясли/сад	Калорий ность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша овсяная «геркулес» молочная вязкая	150/200	198/264
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
Завтрак 2		
Компот консервированный	100/100	65/65
Обед		
Икра кабачковая	30/35	35/41
Суп картофельный с бобовыми (зеленый горошек)	150/180	134/191
Плов из говядины	130/180	255/392
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Печенье домашнее	50/50	233/233
Компот из изюма	150/200	85/113
Ужин		
Картофельное пюре	120	109
Рыба, тушеная в томате с овощами	90	175
Отвар из плодов шиповника	200	111
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1329/2228