



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

Дата: 21.04.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Суп молочный с макаронными изделиями	150/200	89/119
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Чай с молоком и сахаром	150/200	66/87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: яблоко	100/100	79/79
Обед		
Салат из моркови	30/40	40/60
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		1239/2116