



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

Дата: 13.05.2025	Масса порции ясли/сад	Калорий ность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша гречневая молочная вязкая	150/200	200/266
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Кофейный напиток с молоком	150/200	88/116
Завтрак 2		
Кисломолочный напиток: йогурт	100/100	93/93
Обед		
Суп картофельный с клецками	150/180	189/262
Гороховое пюре	100/150	160/240
Гуляш из отварной говядины	50/70	191/268
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Сырники из творога	95/120	250/316
Соус фруктовый	15/20	17/25
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Ужин		
Суп картофельный с бобовыми (фасолевый)	200	191
Напиток из кураги	200	134
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1405/2300