

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



Дата: 05.06.2025	Масса порции ясли/сад	Калорийность порции ясли/сад
Завтрак 1		
Каша овсяная «геркулес» молочная вязкая	150/200	198/264
Бутерброд с маслом	30/5; 35/5	109/146
Кофейный напиток с молоком	150/200	66/87
Завтрак 2		
Свежие фрукты: груша	100/100	67/67
Обед		
Салат из сельди и зеленым горошком	30/40	75/100
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/180	242/291
Картофель тушеный	100/150	126/189
Компот из смеси с/ф	150/200	67/89
Хлеб пшеничный	35/45	82/106
Полдник		
Запеканка из творога	110/120	316/345
Соус фруктовый	20/30	17/25
Чай с лимоном и сахаром	150/200	27/38
Итого калорий в день		1392/1747