



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

| Дата: 17.06.2025                         | Масса порции<br>ясли/сад | Калорийность порции<br>ясли/сад |
|------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| <b>Завтрак 1</b>                         |                          |                                 |
| Каша пшенная<br>молочная жидкая          | 150/200                  | 187/250                         |
| Бутерброд с маслом                       | 30/5; 35/5               | 109/146                         |
| Какао с молоком                          | 150/200                  | 70/100                          |
| <b>Завтрак 2</b>                         |                          |                                 |
| Кисломолочный<br>напиток: снежок         | 100/100                  | 79/79                           |
| <b>Обед</b>                              |                          |                                 |
| Салат из свеклы с<br>растительным маслом | 40/60                    | 42/66                           |
| Борщ с капустой и<br>картофелем          | 150/9;<br>180/11         | 298/357                         |
| Каша гречневая<br>рассыпчатая            | 120/150                  | 224/296                         |
| Котлета мясная                           | 50/70                    | 157/220                         |
| 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:<br>печенье         | 50/50                    | 220/220                         |
| Чай с сахаром и<br>лимоном               | 150/200                  | 27/38                           |
|                                          |                          |                                 |
|                                          |                          |                                 |
|                                          |                          |                                 |
|                                          |                          |                                 |
|                                          |                          |                                 |
| <b>Итого калорий в день</b>              |                          | 1576/1989                       |