

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



| Дата: 17.07.2025                               | Масса порции<br>ясли/сад | Калорийность порции<br>ясли/сад |
|------------------------------------------------|--------------------------|---------------------------------|
| <b>Завтрак 1</b>                               |                          |                                 |
| Каша ячневая                                   | 150/200                  | 184/245                         |
| молочная вязкая                                |                          |                                 |
| Бутерброд с маслом и сыром                     | 30/5/8;<br>35/5/10       | 167/254                         |
| Какао с молоком                                | 150/200                  | 70/100                          |
| <b>Завтрак 2</b>                               |                          |                                 |
| Сок фруктовый                                  | 100/100                  | 75/75                           |
| <b>Обед</b>                                    |                          |                                 |
| Салат ДВ                                       | 20/30                    | 37/49                           |
| Суп картофельный с крупой и рыбными консервами | 150/180                  | 111/168                         |
| Картофель тушеный                              | 100/150                  | 126/189                         |
| Компот из смеси с/ф                            | 150/200                  | 67/89                           |
| Хлеб пшеничный                                 | 35/45                    | 82/106                          |
| <b>Полдник</b>                                 |                          |                                 |
| Кондитерское изделие: печенье                  | 50/50                    | 220/220                         |
| Чай с лимоном и сахаром                        | 150/200                  | 27/38                           |
|                                                |                          |                                 |
|                                                |                          |                                 |
|                                                |                          |                                 |
| <b>Итого калорий в день</b>                    |                          | 1166/1533                       |