



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

Дата: 24.09.2025	Масса порции (ясли/сад)	Калорийность порции
Завтрак 1		
Каша манная молочная жидкая	150/180	166,0/200,0
Бутерброд с маслом	30/5/40/10	111,6/170,8
Какао с молоком	150/200	60,8/100,4
Завтрак 2		
Сок яблочный	100/100	46,0/46,0
Обед		
Икра кабачковая	30/50	35,7/59,5
Свекольник со сметаной и мясом	180/200	77,3/85,9
Каша рассыпчатая с овощами и говядиной тушенной (гречка)	120/150	285,5/356,9
Компот из с/ф	150/200	60,8/81,0
Хлеб пшеничный	30/40	70,5/94,0
Полдник		
Яблоко свежее	95/100	46,0/47,0
Печенье сахарное	30/50	138,0/230,0
Чай с сахаром	150/200	19,6/26,8
Ужин		
Суп картофельный с крупой (пшеничка)	200	100,4
Компот из кураги	200	66,9
хлеб	40	94,0
Итого калорий в день		1117,8/1759,6