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

Дата: 25.02.2025	**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		
Кисломолочный напиток: йогурт	100/100	93/93
Зарница		
Каша гречневая с тушеной говядиной	90	122
Чай с сахаром	200	25
Хлеб пшеничный	35	82
Обед		
Икра кабачковая	30/35	35/41
Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/180	242/291
Макаронные изделия отварные	110/130	144/196
Гуляш	50/50; 70/50	191/268
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
Отвар из плодов шиповника	150/200	83/111
Ужин		
Рагу овощное с мясом	200	274
Компот консервированный	200	130
Хлеб пшеничный	45	106
Итого калорий в день		1643/2801