



Утверждаю
Руководитель МБДОУ
Детский сад № 4 «Березка»
_____ Е.В. Саломатова
_____ 202__

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 1 день (1-3 года)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая пшениная молочная	150	182
Хлеб пшеничный	35	75,05
Масло сливочное	6	37,8
Чай с сахаром	150	45
Итого за завтрак	341	339,85
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Салат из моркови	30	24,17
Щи из свежей капусты со сметаной	180	118
Колета рыбная	50	107,3
Молочный соус	10	29,7
Рис отварной	110	153,78
Хлеб пшеничный	65	140,8
Компот и з сухофруктов	150	125
Итого за обед	595	698,75
<i>ПОЛДНИК</i>		
Пирожок с творогом	70	251
Чай с ахаром	150	45
Итого за полдник	220	296
Итого за день	1256	1413,6