



Утвержд
 Руководитель МБДО
 Детский сад № 4 «Березк
 _____ Е.В. Саломатс
 _____ 2021 г.

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 3 день (1-3 года)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая молочная с хлопьями «Геркулес»	150	153
Хлеб пшеничный	35	75,05
Масло сливочное	6	37,8
Чай с сахаром	160	45
Итого за завтрак	351	310,85
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Суп с макаронами	180	148,87
Тефтели из говядины	50	121,5
Молочный соус	10	29,7
Горошница	110	196,2
Хлеб пшеничный	65	140,8
Кисель	150	99,01
Итого за обед	565	736,08
<i>ПОЛДНИК</i>		
Печенье творожное	70	269,2
Чай с ахаром	150	45
Итого за полдник	220	314,2
Итого за день	1236	1456,13