



Утвержд
Руководитель МБДО
Детский сад № 4 «Березка»
_____ Е.В. Саломатова
_____ 2021 г.

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 5 день (1-3 года)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша кукурузная вязкая	150	196,3
Хлеб пшеничный	35	75,05
Масло сливочное	6	37,8
Чай с сахаром	160	45
Итого за завтрак	351	354,15
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Свекольник со сметаной	180	116,11
Гуляш с мясом	50	73,79
Макароны отварные	110	178,9
Салат из свежей капусты	30	39,17
Хлеб пшеничный	65	140,8
Кисель	150	99,01
Итого за обед	585	647,76
<i>ПОЛДНИК</i>		
Ватрушка с повидлом	70	251
Чай с ахаром	150	45
Итого за полдник	220	296
Итого за день	1284	1410