



Утверждаю
 Руководитель МБДОУ
 Детский сад № 4 «Березка»
 _____ Е.В. Саломатов
 _____ 2021

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 3 день (3-7 лет)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая молочная с хлопьями «Геркулес»	180	237,6
Хлеб пшеничный	45	96,49
Масло сливочное	7	39,5
Чай с сахаром	180	54
Итого за завтрак	412	427,59
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Суп с макаронами	180	148,87
Тефтели из говядины	70	150,5
Молочный соус	10	29,7
Горошница	130	231,96
Хлеб пшеничный	85	160,8
Компот из сухофруктов	180	119,23
Итого за обед	655	973,23
<i>ПОЛДНИК</i>		
Печенье творожное	70	269,2
Чай с ахаром	180	54
Итого за полдник	250	323,2
Итого за день	1417	1819,02