



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
2 неделя 3 день (3-7 лет)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая рисовая молочная	180	266,4
Хлеб пшеничный	45	96,49
Масло сливочное	7	39,5
Чай с сахаром	180	54
Итого за завтрак	412	456,39
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Рассольник Ленинградский, с мясом и сметаной	180	145
Фрикадельки мясные рубленые в томатном соусе	85	278,3
Каша гречневая рассыпчатая	130	234,4
Хлеб пшеничный	85	160,8
Компот из сухофруктов	180	150
Итого за обед	645	968,5
<i>ПОЛДНИК</i>		
Творожники песочные	70	263
Чай с сахаром	180	45
Итого за полдник	270	317
Итого за день	1407	1836,6