



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 4 день (3-7 лет)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая манная молочная	180	203,8
Хлеб пшеничный	45	96,49
Масло сливочное	7	39,5
Кофейный напиток	180	93,15
Итого за завтрак	412	432,94
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Суп картофельный с крупой	180	105,02
Голубцы ленивые	70	93,24
Картофельное пюре	130	133
Зеленый горошек конс. *	50	27
Хлеб пшеничный	85	160,8
Компот из сухофруктов	180	150
Итого за обед	695	669,06
<i>ПОЛДНИК</i>		
Булочка с сыром	70	216,2
Чай с ахаром	180	54
Итого за полдник	250	270,2
Итого за день	1457 (1407)*	1462,3 (1435,3)*