



Утверждаю  
Руководитель МБДОУ  
Детский сад № 4 «Березка»  
\_\_\_\_\_ Е.В. Саломатова  
2021 г.

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
<b>2 неделя 5 день (3-7 лет)</b>		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша пшеничная молочная жидкая	180	202,45
Хлеб пшеничный	45	96,49
Масло сливочное	7	39,5
Чай с сахаром	180	54
<b>Итого за завтрак</b>	<b>412</b>	<b>392,44</b>
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Суп с макаронами	180	148,87
Сельдь слабосоленая (порционно)	50	73
Салат из свежей капусты с зеленым горошком	50	57,58
Картофельное пюре	130	133
Хлеб пшеничный	85	160,8
Компот из сухофруктов	180	150
<b>Итого за обед</b>	<b>675</b>	<b>723,25</b>
<i>ПОЛДНИК</i>		
Булочка домашняя	70	230,6
Чай с сахаром	180	54
<b>Итого за полдник</b>	<b>250</b>	<b>284,6</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1437</b>	<b>1495,29</b>