



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
<b>1 неделя 1 день (1-3 года)</b>		
<i><b>ЗАВТРАК</b></i>		
Каша вязкая пшениная молочная	150	182
Хлеб пшеничный	35	75,05
Масло сливочное	6	37,8
Чай с сахаром	150	45
Итого за завтрак	341	339,85
<i><b>2 ЗАВТРАК</b></i>		
Сок в ассортименте	100	95
<i><b>ОБЕД</b></i>		
Салат из моркови	30	24,17
Щи из свежей капусты со сметаной	180	118
Колета рыбная	50	107,3
Молочный соус	10	29,7
Рис отварной	110	153,78
Хлеб пшеничный	65	140,8
Компот и з сухофруктов	150	125
Итого за обед	595	698,75
<i><b>ПОЛДНИК</b></i>		
Пирожок с творогом	70	251
Чай с ахаром	150	45
Итого за полдник	220	296
Итого за день	1256	1413,6