



Утвержд
Руководитель МБДО
Детский сад № 4 «Березка»
_____ Е.В. Саломатина

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 1 день (1-3 года)		
ЗАВТРАК		
Каша вязкая пшеничная молочная	150	182
Хлеб пшеничный	35	75,05
Масло сливочное	6	37,8
Чай с сахаром	150	45
Итого за завтрак	341	339,85
2 ЗАВТРАК		
Сок в ассортименте	100	95
ОБЕД		
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 из сухофруктов	150	125
Итого за обед	595	698,75
ПОЛДНИК		
Пирожок с творогом	70	251
Чай с ахаром	150	45
Итого за полдник	220	296
Итого за день	1256	1413,6