



Утвержд  
Руководитель МБДО  
Детский сад № 4 «Березк  
\_\_\_\_\_ Е.В. Саломат

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
<b>1 неделя 3 день (1-3 года)</b>		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая молочная с хлопьями «Геркулес»	150	153
Хлеб пшеничный	35	75,05
Масло сливочное	6	37,8
Чай с сахаром	160	45
<b>Итого за завтрак</b>	<b>351</b>	<b>310,85</b>
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Яблоко	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Суп с макаронами	180	148,87
Тефтели из говядины	50	121,5
Молочный соус	10	29,7
Горошница	110	196,2
Хлеб пшеничный	65	140,8
Компот из сухофруктов	150	125
<b>Итого за обед</b>	<b>585</b>	<b>892,47</b>
<i>ПОЛДНИК</i>		
Печенье творожное	70	269,2
Чай с ахаром	150	45
<b>Итого за полдник</b>	<b>220</b>	<b>314,2</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1256</b>	<b>1612,52</b>