



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 1 день (3-7 лет)		
<i>ЗАВТРАК</i>		
Каша вязкая пшениная молочная	180	219,9
Хлеб пшеничный	45	96,49
Масло сливочное	7	39,5
Чай с сахаром	180	54
Итого за завтрак	412	409,89
<i>2 ЗАВТРАК</i>		
Сок в ассортименте	100	95
<i>ОБЕД</i>		
Салат из моркови	50	35,57
Щи из свежей капусты со сметаной	180	118
Колета рыбная	70	150
Молочный соус	10	29,7
Рис отварной	130	185,9
Хлеб пшеничный	65	140,8
Компот из сухофруктов	180	150
Итого за обед	705	829,97
<i>ПОЛДНИК</i>		
Пирожок с творогом	70	251
Чай с ахаром	180	54
Итого за полдник	250	305
Итого за день	1467	1634,96