

Утвержд
Руководитель МБДОУ
Детский сад № 4 «Березка»

Е.В. Саломатина



Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
2 неделя 3 день (3-7 лет)		
ЗАВТРАК		
Каша вязкая рисовая молочная	180	266,4
Хлеб пшеничный	45	96,49
Масло сливочное	7	39,5
Чай с сахаром	180	54
Итого за завтрак	412	456,39
2 ЗАВТРАК		
Яблоко	100	95
ОБЕД		
Рассольник Ленинградский, с мясом и сметаной	180	145
Гуляш с мясом	70	103,3
Каша гречневая рассыпчатая	130	234,4
Хлеб пшеничный	85	160,8
Компот из сухофруктов	180	150
Итого за обед	630	793,5
ПОЛДНИК		
Творожники песочные	70	263
Чай с ахаром	180	45
Итого за полдник	270	317
Итого за день	1392	1661,6