



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

| Наименование блюда | Масса порции(г.) | | Калорийность порции (Ккал) | |
|--|------------------|------|----------------------------|--------|
| 2 неделя 3 день (1-3 года) | | | | |
| ЗАВТРАК | | | | |
| Каша вязкая рисовая молочная | 150 | 180 | 222 | 266,4 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 45 | 75,05 | 96,49 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 37,8 | 39,5 |
| Чай с сахаром | 160 | 180 | 45 | 54 |
| Итого за завтрак | 351 | 412 | 379,85 | 456,39 |
| 2 ЗАВТРАК | | | | |
| Фрукты в ассортименте | 100 | | 95 | |
| ОБЕД | | | | |
| Рассольник Ленинградский, с мясом и сметаной | 180 | 180 | 145 | 145 |
| Фрикадельки мясные рубленые в томатном соусе | 80 | 85 | 278,3 | 278,3 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 130 | 198,37 | 234,4 |
| Хлеб пшеничный | 65 | 85 | 140,8 | 160,8 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 125 | 150 |
| Итого за обед | 585 | 645 | 887,77 | 968,5 |
| ПОЛДНИК | | | | |
| Пряник в ассортименте | 70 | 70 | 350 | 350 |
| Чай с сахаром | 150 | 180 | 45 | 54 |
| Итого за полдник | 220 | 270 | 395 | 404 |
| Итого за день | 1251 | 1407 | 1732,8 | 1919 |