



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)		Калорийность порции (Ккал)	
2 неделя 4 день (1-3 года/3-7 лет)				
ЗАВТРАК				
Каша вязкая манная молочная	150	180	169,8	203,8
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	6	7	37,8	39,5
Чай с сахаром	180	180	45	54
Итого за завтрак	371	412	327,7	394
2 ЗАВТРАК				
Напиток кисломолочный «Снежок»	100		77,08	
ОБЕД				
Борщ со сметаной	180	180	106	106
Плов рисовый с мясом	160	200	304	380
Икра кабачковая	30	50	35,7	59,5
Хлеб пшеничный	65	85	140,8	160,8
Кисель	150	180	99,01	119,23
Итого за обед	585	695	685,51	825,53
ПОЛДНИК				
Макаронны отварные с сыром и маслом	110	130	333,5	390,6
Чай с сахаром	150	180	45	54
Итого за полдник	260	310	378,5	444,6
Итого за день	1316	1517	1469,0	1741,2