



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)		Калорийность порции (Ккал)	
<b>2 неделя 5 день (1-3 года/3-7 лет)</b>				
<i>ЗАВТРАК</i>				
Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	168,7	202,45
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	6	7	37,8	39,5
Чай с сахаром	160	180	45	54
<b>Итого за завтрак</b>	<b>351</b>	<b>412</b>	<b>326,55</b>	<b>392,44</b>
<i>2 ЗАВТРАК</i>				
<b>Яблоко/Сок в ассортименте</b>	<b>95/100</b>		<b>95</b>	
<i>ОБЕД</i>				
Суп с макаронами	180	180	148,87	148,87
Сельдь слабосоленая (порционно)	30	50	44	73
Салат из свежей капусты с зеленым горошком	30	50	42,17	57,58
Картофельное пюре	110	130	113	133
Хлеб пшеничный	65	85	140,8	160,8
Компот из сухофруктов	150	180	99,01	150
<b>Итого за обед</b>	<b>500</b>	<b>675</b>	<b>587,85</b>	<b>723,25</b>
<i>ПОЛДНИК</i>				
Булочка домашняя	70	70	230,6	230,6
Чай с сахаром	150	180	45	54
<b>Итого за полдник</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	<b>275,6</b>	<b>284,6</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1236</b>	<b>1437</b>	<b>1260,2</b>	<b>1495,29</b>