



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)		Калорийность порции (Ккал)	
<b>1 недели 3 день (1-3 года/3-7 лет)</b>				
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша вязкая молочная с хлопьями «Геркулес»	150	180	153	237,6
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	5	6	33,1	39,5
Чай с сахаром	160	180	45	54
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>411</b>	<b>306,15</b>	<b>427,59</b>
<b>2 ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте	100		95	
<b>ОБЕД</b>				
Суп с макаронами	180	180	148,87	148,87
Тефтели из говядины	70	70	251,9	251,9
Молочный соус	10	10	29,7	29,7
Горошница	110	130	196,2	231,96
Хлеб пшеничный	65	85	140,8	160,8
Компот из сухофруктов	150	180	125	150
<b>Итого за обед</b>	<b>585</b>	<b>655</b>	<b>892,47</b>	<b>973,23</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				
Печенье творожное	70	70	269,2	269,3
Чай с сахаром	150	180	45	54
<b>Итого за полдник</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	<b>314,2</b>	<b>323,2</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1255</b>	<b>1417</b>	<b>1612,52</b>	<b>1814,12</b>