



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)		Калорийность порции (Ккал)	
<b>1 неделя 4 день (1-3 года/3-7 лет)</b>				
<b>ЗАВТРАК</b>				
Каша вязкая манная молочная	150	180	169,8	203,8
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	5	6	33,1	39,5
Кофейный напиток	160	180	83,3	93,15
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>411</b>	<b>361,25</b>	<b>432,94</b>
<b>2 ЗАВТРАК</b>				
Сок в ассортименте	100		95	
<b>ОБЕД</b>				
Суп картофельный с крупой	180	180	105,02	105,02
Голубцы ленивые	50	70	66,6	93,24
Картофельное пюре	110	130	113	133
Зеленый горошек конс. *	30	50	22,75	27
Хлеб пшеничный	65	85	140,8	160,8
Компот из сухофруктов	150	180	125	150
<b>Итого за обед</b>	<b>585</b>	<b>695</b>	<b>572,17</b>	<b>669,06</b>
<b>ПОЛДНИК</b>				
Булочка с сыром	70	70	214,2	216,2
Чай с сахаром	150	180	45	54
<b>Итого за полдник</b>	<b>220</b>	<b>250</b>	<b>259,2</b>	<b>270,2</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1255</b>	<b>1456</b>	<b>1268,52</b> (1275,77)*	<b>1462,3</b> (1435,3)*