



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
1 неделя 4 день. (1-3 года/3-7 лет)		

Завтрак

Каша вязкая манная молочная	150	180	112	134
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	5	6	33,1	39,5
Кофейный напиток	160	180	64	93,15
Итого за завтрак	350	411	284,2	363

2 Завтрак

Фрукты в ассортименте	100		90,1	
-----------------------	-----	--	------	--

Обед

Суп картофельный с крупой	180	180	105,02	105,02
Голубцы ленивые	50	70	66,6	122
Картофельное пюре	110	130	113	153
Зеленый горошек конс. *	30	50	22,75	27
Хлеб	45/20	65/20	105,9	139,08
пшеничный/ружаной				
Компот из сухофруктов	150	180	83,64	83,64
Итого за обед	585	695	497	630

Ужин

Булочка с сыром	70	70	173	216,2
Чай с сахаром	150	180	45	54

Итого за день	1420	1755	725	877,1
на 1 ребенка	(140)	(175)	(72,5)	(87,71)