



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

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

ЗАВТРАК				
Каша пшенная молочная жидкая	150	180	131	170
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	5	6	33,1	39,5
Чай с сахаром	160	180	45	54
Итого за завтрак	350	411	284	360

2 ЗАВТРАК		
Фрукты в ассортименте	100/100	70/90
ОБЕД		

Суп с макаронами	180	200	106	125
Колета куриная из п/ф	50	70	44	87
Салат из свежей капусты с зеленым горошком	30	50	19	49
Картофельное пюре	110	130	113	153
Хлеб пшеничный/ружаной	45/20	65/20	115,9	139,08
Компот из сухофруктов	150	180	83,64	83,64
Итого за обед	595	715	481,15	636

УЖИН				
Блинчики фаршированные из п/ф	70	80	164	205
Чай с сахаром	150	180	45	54
Итого за полдник	220	260	209	259
Итого за день	1265	1486	1044,4	1345