



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

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

Завтрак

Каша вязкая манная молочная	150	180	132	158
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	285	348

2 Завтрак

Напиток кисломолочный «Снежок»	100/120	73,1/92
--------------------------------	---------	---------

Обед

Борщ со сметаной	180	180	106	106
Плов рисовый с мясом	160	200	210	262
Икра кабачковая	30	50	23	39
Хлеб пшеничный/ружаной	45/20	65/20	115,9	139,08
Кисель	150	180	59	71
Итого за обед	585	695	514	617

Ужин

Макароны отварные с сыром и маслом	110	130	169	217
Чай с сахаром	150	180	45	54
Итого за полдник	260	310	214	271
Итого за день	1315	1536	1086,1	1328