



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

Наименование блюда	Масса порции(г.)	Калорийность порции (Ккал)
--------------------	---------------------	-------------------------------

2 неделя 5 день (1-3 года/3-7 лет)
ЗАВТРАК

Каша вязкая ячневая молочная	150	180	105	126
Хлеб пшеничный	35	45	75,05	96,49
Масло сливочное	5	6	33,1	39,5
Какао с молоком	160	180	75	83,7
Итого за завтрак	350	421	288,2	376,7

2 ЗАВТРАК

Сок в ассортименте	150/180	70/95
--------------------	---------	-------

ОБЕД

Суп фасолевый	180	180	92	150
Фрикадельки мясные рубленые из ш/ф в томатном соусе	50	70	47	103
Макароны отварные	110	130	137,6	183,8
Салат из отварной свеклы	30	50	18	30
Хлеб пшеничный/ружаной	45/20	65/20	115,9	139,08
Компот из сухофруктов	150	180	83,64	83,64
Итого за обед	585	695	494	631,5

УДОЛЮЧЕК

Коржик молочный	70	80	172	218
Чай с сахаром	160	180	45	54
Итого за полдник	230	260	217	272
Итого за день	1269	1476	1069,4	1375