



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 пшеничный/ржанной	45/20	65/20	105,9	139,08
Компот из сухофруктов	150	180	83,64	83,64
Итого за обед	585	695	497	630
ПОЛДНИК				
Булочка с сыром	70	70	173	216,2
Чай с сахаром	150	180	45	54
Итого за полдник	220	250	218	270,2
Итого за день				
	1155	1356	799,2	1023,2