



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

| Наименование блюда | Масса порции(г.) | | Калорийность порции (Ккал) | |
|--|------------------|-------------|----------------------------|----------------|
| Завтрак 3 день (1-3 года/3-7 лет) | | | | |
| <i>ЗАВТРАК</i> | | | | |
| Каша вязкая молочная с хлопьями «Геркулес» | 150 | 180 | 153 | 237,6 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 45 | 75,05 | 96,49 |
| Масло сливочное | 6 | 7 | 37,8 | 39,5 |
| Чай с сахаром | 160 | 180 | 45 | 54 |
| Итого за завтрак | 351 | 412 | 310,85 | 427,59 |
| <i>2 ЗАВТРАК</i> | | | | |
| Фрукты в ассортименте | 95/100 | | 95 | |
| <i>ОБЕД</i> | | | | |
| Суп с макаронами | 180 | 180 | 148,87 | 148,87 |
| Тефтели из говядины | 70 | 70 | 251,9 | 251,9 |
| Молочный соус | 10 | 10 | 29,7 | 29,7 |
| Горошница | 110 | 130 | 196,2 | 231,96 |
| Хлеб пшеничный | 65 | 85 | 140,8 | 160,8 |
| Компот из сухофруктов | 150 | 180 | 125 | 150 |
| Итого за обед | 585 | 655 | 892,47 | 973,23 |
| <i>ПОЛДНИК</i> | | | | |
| Печенье творожное | 70 | 70 | 269,2 | 269,3 |
| Чай с сахаром | 150 | 180 | 45 | 54 |
| Итого за полдник | 220 | 250 | 314,2 | 323,2 |
| Итого за день | 1256 | 1417 | 1612,52 | 1814,12 |