

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ №4
детский сад "Берёзка"
Т.Н.Жирова

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак:	Каша пшеничная молочная	150	187
	Бутерброд с маслом и сыром	31	139,1
	Кофейный напиток с молоком	150	70
Итого за завтрак:		331	396,1
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
Итого за второй		75	33,8
Обед:	Салат "Школьный"	40	40
	Суп с макаронами	150	89
	Голубцы ленивые	150	193,1
	Хлеб пшеничный	20	52
	Хлеб ржаной	30	77,7
	Компот из сухофруктов	150	82
Итого за обед:		540	533,8
Полдник:	Сырники со сметан. соусом	60	136,9
	Чай с сахаром	150	18
Итого за полдник:		150	154,9
Итого за день:		1096	1118,6

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МБДОУ №4
 детский сад "Берёзка"
 Т.Н.Жирова

Длительность пребывания воспитанника в детском саду: 10,5 часов

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда, г	Энергетическая ценность, ккал
Завтрак:	Каша пшенная молочная	200	250
	Бутерброд с маслом и сыром	44	194,8
	Кофейный напиток с молоком	200	93
Итого за завтрак:		444	537,8
Второй завтрак:	Сок	75	33,8
Итого за второй		75	33,8
Обед:	Салат "Школьный"	60	60
	Суп с макаронами	200	119
	Голубцы ленивые	200	257,5
	Хлеб пшеничный	30	78
	Хлеб ржаной	35	90,6
	Компот из сухофруктов	200	110
Итого за обед:		725	715,1
Полдник:	Сырники со сметан. соусом	95	218,5
	Чай с сахаром	200	25
Итого за полдник:		200	243,5
Итого за день:		1444	1530,2