**4 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Наименование*** | Примерный выход блюд | | Примерный каллораж блюд | |
|  |  | ***ясли*** | ***сад*** | ***ясли*** | ***сад*** |
| ***Завтрак*** | Творожно-манный пудинг с сметаной | 130/20 | 150/25 |  |  |
|  | Кофейный напиток с молоком, сах.песк. | 180 | 200 |  |  |
|  | Хлеб пшеничный, масло сливочное | 30/5 | 35/7 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***2 завтрак*** | Банан | 90 | 100 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Обед*** | Лапша с мясом | 160 | 200 |  |  |
|  | Азу мясное  Греча отварная рассыпчатая, м/слив | 40  120 | 50  130 |  |  |
|  | Сок фруктовый | 150 | 200 |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 45 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Полдник*** | Печенье | 20 | 40 |  |  |
|  | Молоко | 160 | 180 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Ужин*** | Рыба припущенная с морковью | 40 | 50 |  |  |
|  | Картофель отв. с м/слив | 120 | 140 |  |  |
|  | Чай с сахарным песком | 180 | 200 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |