**10 день**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | ***Наименование*** | Примерный выход блюд | | Примерный каллораж блюд | |
|  |  | ***ясли*** | ***сад*** | ***ясли*** | ***сад*** |
| ***Завтрак*** | Салат из зеленого горошка с м/раст. | 20 | 25 |  |  |
|  | Суфле рыбное с масл.слив. | 130 | 150 |  |  |
|  | Кофейн.напит. с молоком, сах.песком | 180 | 200 |  |  |
|  | Хлеб пшеничный, масло сливочное | 30/5 | 36/7 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***2 завтрак*** | Яблоки | 70 | 80 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Обед*** | Суп фасолевый с курицей | 160 | 200 |  |  |
|  | Свекла отварная с м/слив.  Ежики с курицей, м/слив., в слив.-томат.соусе | 110  70 | 120  80 |  |  |
|  | Компот из изюма и кураги с сах.песк. | 150 | 200 |  |  |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 46 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Полдник*** | Мармелад | 20 | 40 |  |  |
|  | Чай не сладкий | 180 | 200 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| ***Ужин*** | Каша геркулес. молочная с м/слив., сах.песк. | 130 | 150 |  |  |
|  | Чай с сах.песк. | 180 | 200 |  |  |
|  |  |  |  |  |  |