**Дата 05.05.2023**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда/ккал.** | | | |
|  | | **1,5-3 г** | **ккал.** | **3-7 года** | **ккал.** |
| **День десятый** |  |  |  |  |  |
| Завтрак |  |  |  |  |  |
| 8.30-9.00 | Каша молочная «Дружба» | 150 | 160,75 | 200 | 201,0 |
|  | Какао с молоком | 150 | 89 | 180 | 107 |
|  | Печенье | 1 | 68,7 | 1 | 68,7 |
| **Итого:** |  |  |  |  |  |
| Второй завтрак |  |  |  |  |  |
| 10.00-10.30 | Ряженка | 130 | 100,5 | 202 | 120,6 |
| **Итого:** |  |  |  |  |  |
| Обед  12.00-12.40 | Щи из свежей капусты с мясом  и сметаной | 180/6 | 197,25 | 250/7 | 260,52 |
|  | Рыбные биточки тушеные | 60 | 119,25 | 98 | 139,13 |
|  | Пюре гороховое | 100 | 125,82 | 130 | 181,74 |
|  | Компот из свежих яблок | 150 | 67,5 | 200 | 90,0 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 52,4 | 27 | 70,74 |
|  | Хлеб ржаной | 40 | 72,4 | 50 | 90,5 |
| **Итого:** |  |  |  |  |  |
| Уплотненный полдник  15.30-16.00 |  |  |  |  |  |
|  | Салат из свежей капусты | 40 | 36,33 | 60 | 40,38 |
|  | Картофель тушеный в сметанном соусе | 140 | 258,43 | 170 | 317,62 |
|  | Хлеб пшеничный | 20 | 52,4 | 27 | 70,74 |
|  | Чай с сахаром и лимоном | 150/8 | 30,0 | 200/10 | 47,48 |
| **Итого:** |  |  |  |  |  |
| Итого за день: |  |  | 1430,73 |  | 1864,37 |



Руководитель СП «Детский сад №36» А.А. Коннова