

3 день перспективного десятидневного меню

Завтрак:

«Яйцо вареное»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 20 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 20 гр.

«Суп молочный с макаронными изделиями»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 180 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 200 гр.

«Чай с молоком»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

«Хлеб пшеничный»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 15 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 15 гр.

«Кондитерские изделия (вафли)»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 25 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 40 гр.



Второй завтрак:

«Сок фруктово-ягодный»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 150 гр.



Обед:

«Капуста квашенная»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 52 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 61 гр.

«Суп из овощей с фасолью»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 180 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 200 гр.

«Плов из отварной птицы»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 131 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

«Компот из смеси сухофруктов»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

«Хлеб пшеничный и ржаной»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 15/30 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 20/35 гр.



Полдник:

«Овощи натуральные солёные»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 68 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 81 гр.

«Рыба отварная (минтай)»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 70 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 80гр.

«Картофельное пюре»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 80 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 100 гр.

«Кофейный напиток с молоком»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 150 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 180 гр.

«Хлеб пшеничный»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 15 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 20 гр.

