

6 день перспективного десятидневного меню

Завтрак:

«Омлет натуральный»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 100 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 110 гр.

«Икра кабачковая»

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 40 гр.;

- от 3-х лет до 7 лет, 40 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, 20 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:

«Овощи натуральные солёные»,

норма на одного ребенка:

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

«Свекольник со сметаной»,

норма на одного ребенка:

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

«Тефтели паровые (из мяса говядины)»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 60 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 60 гр.

«Сложный гарнир (картофель отварной с капустой тушеной)»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 120 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 170 гр.

«Компот из свежих яблок»,

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, 20/40 гр.



Полдник:

«Запеканка из творога»,

норма на одного ребенка:

- от 1,5 до трех лет, 70 гр.;
- от 3-х лет до 7 лет, 78 гр.

«Соус молочный сладкий»,

норма на одного ребенка:

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

«Кисломолочный напиток Йогурт»

норма на одного ребенка:

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

