

## Сбалансированное меню детского питания на 10 дней

ЧДС «Любимый малыш» ООО «Букварь»:

### Десятый день

Время приема пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Состав
<b>Завтрак</b>	1. Суп молочный с макаронными изделиями;	200 гр.	молоко, макароны, сахар, масло сливочное;
	2. Бутерброд с маслом;	25/5 гр.	батон, масло сливочное;
	3. Чай черный	200гр.	черный чай, сахар, вода
<b>Второй завтрак</b>	Сок	100 гр.	яблоко, сахар, вода
<b>Обед</b>	1. Суп гречневый с курицей;	250 гр.	бульон куриный, мясо куриное, картофель, лук, морковь, зелень, крупа гречневая;
	2. Голубцы ленивые с мясом;	140 гр.	говядина, лук, морковь, масло подсолнечное,
		70 гр.	помидор, томат, рис, капуста;
	3. Помидор;	30 гр.	свежие овощи;
	4. Компот из замороженных ягод	200 гр.	смесь ягод, вода, сахар;
5. Хлеб	50 гр.	пшеничный хлеб	
<b>Полдник</b>	1. Запеканка из творога и макарон;	120 гр.	вермишель, творог, сахар, яйцо;
	2. Соус сметанный;	40 гр.	сметана, сливки, мука, сахар;
	3. Кисель из плодово-ягодного концентрата	200гр.	ягодная смесь, вода, сахар, крахмал;
<b>Поздний ужин</b>	1. Кефир;	200гр.	кисломолочный продукт;
	2. Вафли	30гр.	кондитерское изделие

Согласовано с руководителем СП Д.А. Беличко \_\_\_\_\_