

Сбалансированное меню детского питания на 10 дней
ЧДС «Любимый малыш» ООО «Букварь»:
Пятый день

Время приема пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Состав
Завтрак	1. Каша геркулесовая с молоком;	200 гр.	молоко, крупа овсяная, сахар, масло сливочное;
	2. Бутерброд с маслом;	25/5гр.	батон, масло сливочное;
	3. Кофейный напиток с молоком	200гр.	кофейный экстракт, молоко, сахар
Второй завтрак	Фрукты	100 гр.	по сезону
Обед	1. Щи из свежей капусты;	250 гр.	капуста, лук, морковь, картофель, куриный бульон, мясо курицы, зелень;
	2. Макароны отварные;	140 гр.	макаронные изделия, соль;
	3. Курица отварная;	70гр.	мясо куриное отварное;
	4. Салат витаминный;	30 гр.	свежие овощи;
	5. Компот из апельсинов;	200гр.	апельсины свежие, вода, сахар;
	6. Хлеб	50 гр.	пшеничный хлеб
Полдник	1. Тефтели рыбные;	70 гр.	рыба минтай, яйцо, томат;
	2. Пюре картофельное;	140 гр.	картофель, молоко, яйцо, масло сливочное;
	3. Компот из замороженных ягод;	200гр.	ягодная смесь, вода;
	4. Батон	30 гр.	хлебобулочное изделие из пшеничной муки
Поздний ужин	1. Кефир;	200гр.	ягоды или фрукты, сахар, крахмал;
	2. Вафли	20гр.	кондитерское изделие

Согласовано с руководителем СП Д.А. Беличко _____