

Сбалансированное меню детского питания на 10 дней

ЧДС «Любимый малыш» ООО «Букварь»:

Седьмой 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;	25/5 гр.	батон, масло сливочное;
	3. Чай черный	200гр.	черный чай, сахар, вода
Второй завтрак	Фрукты	100 гр.	по сезону
Обед	1. Суп гороховый мясной;	250 гр.	бульон говяжий, картофель, лук, морковь, горох, зелень;
	2. Жаркое домашнему с мясом;	150 гр.	говядина, лук, морковь, масло подсолнечное, томат, картофель;
	3. Компот из сухофруктов;	200гр.	сушеные яблоки, груши, курага, чернослив, изюм, вода, сахар;
	4. Хлеб	50 гр.	пшеничный хлеб
Полдник	1. Творожная запеканка;	120 гр.	творог, яйца, сливочное масло, сметана, сахар;
	2. Сметана;	30 гр.	кисломолочный продукт;
	3. Чай зеленый с лимоном	200гр.	зеленый чай, вода, сахар, лимон;
Поздний ужин	1. Йогурт;	200гр.	кисломолочный продукт;
	2. Печенье	30гр.	изделие из песочного теста

Согласовано с руководителем СП Д.А. Беличко _____