

Сбалансированное меню детского питания на 10 дней

ЧДС «Любимый малыш» ООО «Букварь»:

Девятый день

Время приема пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Состав
Завтрак	1. Каша рисовая с молоком;	200 гр.	молоко, крупа рисовая, 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. Борщ;	250 гр.	картофель, свекла, лук, морковь, бульон, томат, зелень, мясо курицы;
	2. Макароны отварные;	150 гр.	макаронные изделия, соль;
	3. Курица отварная;	70 гр.	филе куриное, соль;
	4. Огурец;	30 гр.	свежие овощи;
	5. Компот из сухофруктов	200 гр.	сушеные яблоки, груши, курага, чернослив, изюм, вода, сахар;
	6. Хлеб	50 гр.	пшеничный хлеб
Полдник	1. Котлета рыбная;	70 гр.	филе минтая, лук, морковь, батон, яйцо;
	2. Пюре картофельное;	120 гр.	картофель, молоко, яйцо, масло сливочное;
	3. Батон;	30 гр.	хлебобулочное изделие из пшеничной муки;
	4. Компот из замороженных ягод	200гр.	ягодная смесь, вода, сахар;
Поздний ужин	1. Какао на молоке;	200гр.	какао порошок, молоко, сахар;
	2. Кондитерские изделия	30гр.	изделие из песочного теста

Согласовано с руководителем СП Д.А. Беличко _____