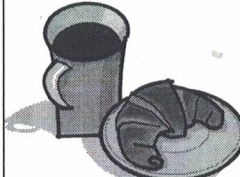


Утверждаю:
Директор ГБОУ ЦО ЭРУДИТ



Э.Х.Фидарова

Объем порций для детей

Наименование блюд		Возраст детей
		3-7 лет
Завтрак 	Каша, овощное блюдо	200
	Яичное, творожное, мясное, рыбное блюдо	80
	Салат овощной	50
	Кофе, чай, молоко	200
Второй завтрак	Свежие фрукты, йогурт	100
Обед 	Салат, закуска	50
	Первое блюдо	200
	Блюдо из мяса, рыбы, птицы	70-80
	Гарнир	130
	Третье блюдо (напиток)	200
Полдник 	Кефир, молоко	150
	Булочка, выпечка (печенье, вафли)	100
	Блюдо из творога, круп, овощей	100
	Свежие фрукты	150
Ужин 	Овощное, творожное блюдо, каша	200
	Молоко, кефир	150
	Свежие фрукты	120
Хлеб на весь день	Пшеничный	80
	Ржаной	50

