

Объем блюд для детей 3-7 лет



Завтрак	- Каша или овощное блюдо - Чай, кофе - Бутерброд с маслом, сыр	250 гр. 180 гр. 4/4/10 гр.
Второй завтрак	- сок	100гр.
Обед	- Салат - Суп - Котлета или суфле - Гарнир - Компот -Хлеб	50 гр. 200 гр. 70 гр. 100 гр. 180гр. 40 гр.
Полдник	-Кефир/йогурт - Печенье/выпечка	150 гр. 20/60 гр.
Ужин	- Яичное блюдо - Овощное блюдо - Творожное блюдо - Молоко, чай - Соус	150 гр. 150 гр. 150 гр. 180 гр. 40 гр.