

МБДОУ «Детский сад № 8»  
Объём порций на ребёнка

от 1,5 до 3 лет

Прием пищи в режиме дня	Наименование блюд	Норма в граммах
<b>ЗАВТРАК</b>	КАША	150
	КОФЕ, КАКАО, ЧАЙ С МОЛОКОМ	150
	СЫР, МАСЛО	10 5
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>	МОЛОКО, СОК, ФРУКТЫ	150 95
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	100
<b>ОБЕД</b>	СУП	150
	МЯСО, КУРИЦА, РЫБА	60
	ГАРНИР	100
	КОМПОТ, КИСЕЛЬ	150
	САЛАТ	30
<b>ПОЛДНИК</b>	ОВОЩНОЕ БЛЮДО, ЗАПЕКАНКИ, ОМЛЕТЫ	90-130
	ЧАЙ, КИСЕЛЬ	150
	ФРУКТЫ ПИРОГИ	95 90
<b>норма хлеба на весь день</b>	РЖАНОЙ	30
	ПШЕНИЧНЫЙ	60

## от 3 до 7 лет

Прием пищи в режиме дня	Наименование блюд	Норма в граммах
<b>ЗАВТРАК</b>	КАША	180
	КОФЕ, КАКАО, ЧАЙ С МОЛОКОМ	180
	СЫР, МАСЛО	15 6
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>	МОЛОКО, СОК, ФРУКТЫ	180 100
	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ	130
<b>ОБЕД</b>	СУП	180
	МЯСО, КУРИЦА, РЫБА	70
	ГАРНИР	130
	КОМПОТ, КИСЕЛЬ	180
	САЛАТ	50
<b>ПОЛДНИК</b>	ОВОЩНОЕ БЛЮДО, ЗАПЕКАНКИ, ОМЛЕТЫ	120-150
	ЧАЙ, КИСЕЛЬ	180
	ФРУКТЫ ПИРОГИ	100
<b>норма хлеба на весь день</b>	РЖАНОЙ	40
	ПШЕНИЧНЫЙ	80

