

**ГБОУ СОШ пос. Комсомольский СПДС «Колосок»**

**Объемы порций для детей**

Наименование блюда	Выход блюда
	Возраст от 3-х до 7 лет
<b>ЗАВТРАК</b>	
Каша, молочная, жидкая.	210
Яичное блюдо	85
Бутерброд со сливочным маслом	30/10
Бутерброд с сыром	30/15
Напиток	180
<b>ОБЕД</b>	
Салат овощной	60
Первое блюдо	200
Блюдо из мяса	80,120,160
Блюдо из рыбы	80, 110,
Блюдо из птицы	190
Гарнир из круп	120
Гарнир из макаронных изделий	120
Гарнир из овощей	150
Третье блюдо (напиток)	180
Сок фруктовый	180
<b>ПОЛДНИК</b>	
Кисломолочный напиток	180
Выпечка	35,50,100
Кондитерские изделия	40
Блюдо из творога	100,
Блюдо из овощей	150
Блюдо из макаронных изделий	205
Фрукты свежие	114
Хлеб пшеничный, ржаной на весь день:	
Хлеб пшеничный	80
Хлеб ржаной	50

Основание: Приложение № 9 к СанПиН 2.3\2.1.359-20

Директор ГБОУ СОШ пос. Комсомольский: Феток А.И.

