

**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.	200
Яичное блюдо	120
Бутерброд со сливочным маслом	30/10
Хлеб пшеничный 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	150, 230
Гарнир из круп	140
Гарнир из макаронных изделий	140
Гарнир из овощей	150
Третье блюдо (напиток)	180
Сок фруктовый	180
<b>ПОЛДНИК</b>	
Кисломолочный напиток	180
Выпечка	50,100
Кондитерские изделия	40
Блюдо из творога	100
Блюдо из овощей	155
Блюдо из макаронных изделий	166
Фрукты свежие	114
Хлеб пшеничный, ржаной на весь день:	
Хлеб пшеничный	80
Хлеб ржаной	50

Основание: Приложение № 9 к СанПиН 2.3\2.4.3590

Директор ГБОУ СОШ пос. Комсомольский: Фенюк А.Н. \_\_\_\_\_