

Согласовано

Директор ЦРР № 3

Васильева А.А.

МОУ "Центр развития ребенка № 3"

Учреждение
Муниципального района
Вологодская область

ИНН 34/2032302101 ОГРН 5036530300000

Е.Ж.

для детей дошкольного

Утверждаю: **ООО Алеко**
Ковалева А.В.

Министерство образования
и науки Российской Федерации
Федеральное государственное
бюджетное учреждение
научно-педагогического
характера
«Федеральный центр
развития ребенка»
Институт развития
ребенка № 3
ул. Вильямса, 1
105065, г. Москва, М-65
Тел: (495) 708-02-01
Факс: (495) 708-00-01
e-mail: info@fcrr.ru
www.fcrr.ru

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 3 Вариант 15	Завтрак						
		КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180	7,3	4,2	31,4	191,3
		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,1	2,4	17,1	103,1
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4
	Итого за завтрак		410	14,2	10,2	58,8	383,2
	2 Завтрак						
	Итого за 2 завтрак		200	0,8	0,8	19,0	91,2
			200	0,8	0,8	19,0	91,2
	Обед						
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,1	1,3	7,0	
	СУП С КРУПОЙ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ	180	2,2	1,9	12,9	78,0	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70	11,6	15,2	11,0	234,5	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,9	4,9	12,5	106,9	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,0	25,7	102,6	
	ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ	40	2,6	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		650	19,8	22,5	80,0	610,1	
Уплотненный полдник							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	55	1,1	4,9	4,2	65,5	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	28,9	31,2	24,8	499,1	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/107	0,2	0,0	10,0	41,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71,0	
	ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ	20	1,5	2,0	14,9	83,4	
Итого за Уплотненный полдник		452	34,0	38,3	69,0	760,7	
Всего за день:			68,8	71,8	226,8	1 845,2	
Ответственное лицо							

* Согласно СанПиН 2.3/2.4.4282-26 раздел VIII пункт 59 подпункт 7: ежедневное меню основного (организованного) питания на сутки для всех возрастных групп детей с указанием наименования приёма пищи, наименования блюда, массы порции, калорийности порции.