

Утверждаю:  
Заведующий МАДОУ № 301  
Евтеева Н.И.

1.03.2022г.

| Время приема пищи  | Наименование блюда           | Выход в граммах | Б/ж/у         |
|--------------------|------------------------------|-----------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>     |                              |                 |               |
| 8:30               | Пудинг творожно-морковный    | 165             | 15,4/17/10,4  |
|                    | соус сметанный               | 30              | 0,15/1/1,3    |
|                    | Хлеб пшеничный сл/м          | 40/5            | 2,3/7,8/14,5  |
|                    | Кофейный напиток с молоком   | 160             | 2,5/2,8/17    |
| <b>2-й завтрак</b> |                              |                 |               |
| 10:30              | Сок                          | 150             | 1,3/2,7/16,2  |
| <b>Обед</b>        |                              |                 |               |
| 12-13:00           | Свекольник со сметаной       | 200             | 2/3,27/15,3   |
|                    | Рагу из мяса и овощей        | 160             | 13/10,2/18    |
|                    | Соленый помидор              | 25              | 0,02/0,02/0,3 |
|                    | Хлеб ржаной                  | 40              | 0,2/0,48/15,9 |
|                    | Компот свежее яблоко, лимон  | 160             | 0,23/0,23/22  |
| <b>Полдник</b>     |                              |                 |               |
| 15:30              | Молоко кипяченое             | 190             | 0,3/5,74/8,44 |
|                    | Печенье                      | 50              | 3,6/4,9/37    |
| <b>Ужин</b>        |                              |                 |               |
| 18:30              | Каша пшеничная вязкая        | 120             | 6,2/6,9/25,3  |
|                    | Омлет натуральный с зел.гор. | 70              | 4,5/7,5/1,2   |
|                    | Хлеб пшеничный               | 40              | 1,3/0,4/9,8   |
|                    | Чай сладкий.                 | 200             | 0,1/000,8/1,3 |
| <b>Итого:</b>      |                              |                 |               |