



Российская Федерация
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
города Ростова-на-Дону «Детский сад № 301»

Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 301
Е.И. Евтеева Н.И. Евтеева

16.06.2023
ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
Завтрак 527.47 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Запеканка из творога с рисом	120	255
2	Соус молочный сладкий	50	61
3	Хлеб пшеничный формовой	38	92
4	Масло сливочное (порциями)	5	34
5	Кофейный напиток с молоком	200	83

Завтрак 2 82.51 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Соки овощные, фруктовые и ягодные	173	82

Обед 577.03 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Свекольник	200	105
2	Жаркое по-домашнему	189	291
3	Овощи свежие (порциями) помидор	50	6
4	Хлеб ржаной	46	112
5	Компот из смеси сухофруктов	180	60

Полдник 247.94 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Фрукты свежие (яблоки)	106	55
2	Печенье	24	99
3	Кисломолочный напиток (кефир)	174	92

Ужин 291.56 ккал

№ п/п	Наименование блюда	Масса порции, гр.	Калорийность порции, ккал.
1	Каша пшенная молочная жидкая	200	176
2	Хлеб пшеничный	40	96
3	Чай с сахаром	200	18

Итого ккал за день: 1726.51

Калькулятор _____

Начальник отдела организации питания _____