



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



Утверждаю:
заведующего МАДОУ № 301
Н.И.Евтеева

2.11.2022г.			
Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Б/Ж/У
Завтрак			
8:30	Каша молочная пшенная	200	7,4/8,07/35,2
	Хлеб пшеничный сл/м.	40/5	3,16/0,4/19,5
	Какао с молоком	150	4,2/4,7/29,6
2-й завтрак			
10:30	Свежее яблоко	80	0,32/0,32/7,8
Обед			
12-13:00	Свекольник со сметаной	200	2/3,27/15,3
	Плов рисовый с мясом	150	12,9/11,9/21,1
	Салат квашеной капусты	30	0,45/3/1,07
	Хлеб ржаной	48	3,05/0,6/19,9
	Компот свежее яблоко, лимон	160	0,2/0,2/18,9
Полдник			
15:30	Чай сладкий	180	0,1/0,001/1,36
	Хлеб с повидлом	39/20	4,3/1,9/38,3
Ужин			
18:30	Рыба запеченная в омлете	75	16/19,5/38,5
	Картофель отварной с/м	140	2,7/4/15
	Соленый помидор	20	0,02/0,02/0,3
	Хлеб пшеничный	40	3,04/0,4/19,5
	Сок	200	1,8/3,6/20,1
Итого:			61,6/58,6/301,4