



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



Утверждаю:  
заведующего МАДОУ № 301  
Н.И.Евтеева

15.12.2022 г.

| Время приема пищи  | Наименование блюда            | выход в граммах | Б/Ж/У          |
|--------------------|-------------------------------|-----------------|----------------|
| <b>Завтрак</b>     |                               |                 |                |
| 8:30               | Пудинг творожно-яблочный      | 150             | 15/17/10,6     |
|                    | Кисель                        | 50              | 0/0/15         |
|                    | Хлеб пшеничный сл/м           | 38/5            | 3,04/4,5/21,2  |
|                    | Кофейный напиток с молоком    | 160             | 2,51/2,87/17,7 |
| <b>2-й завтрак</b> |                               |                 |                |
| 10:30              | Свежее яблоко                 | 130             | 4,8/4,8/12,7   |
| <b>Обед</b>        |                               |                 |                |
| 12-13:00           | Капустняк "Украинский"        | 200             | 6,4/6,3/17,9   |
|                    | Курица отварная               | 70              | 14/14,3/6,26   |
|                    | Каша гречневая рассыпчатая    | 120             | 2,4/*2,1/10    |
|                    | Соленый помидор               | 25              | 0,02/0,02/0,3  |
|                    | Хлеб пшеничный                | 38              | 3,16/0,4/19,5  |
|                    | Компот из свежих яблок, лимон | 160             | 0,2/0,2/22     |
| <b>Полдник</b>     |                               |                 |                |
| 15:30              | Чай сладкий                   | 180             | 0,1/0,001/1,36 |
|                    | Пряник                        | 44              | 4/3/65         |
| 18:30              | Суп молочный с крупой         | 200             | 4,94/6,06/18,6 |
|                    | Рогалик с повидлом            | 90              | 7,3/5,6/60,7   |
|                    | Молоко кипяченое              | 170             | 5/5,5/8        |
| <b>Итого:</b>      |                               |                 |                |
|                    |                               |                 | 72,8/72,6/306  |