



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

Утверждаю:
заведующего МАДОУ № 301
Евтеева Н.И. Евтеева



16.11.2022г.			
Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Б/Ж/У
Завтрак			
8:30	Каша молочная манная	200	5,9/7,7/30,3
	Хлеб пшеничный сл/м	41/5	3,05/4,5/21,2
	Какао с молоком	180	5,04/5,67/35,55
2-й завтрак			
Сок	Свежее яблоко	130	0,6/0,6/14
Обед			
12-13:00	Свекольник со сметаной	200	2,67/4,36/20,5
	Курица отварная	60	16,2/16,5/7,15
	Каша перловая	100	5/5,5/20,2
	Соленый огурец	18	0,16/0,002/0,3
	Хлеб ржаной	40	2,2/0,4/16,9
	Компот свежее яблоко лимон	180	0,23/0,23/22,8
Полдник			
15:30	Кефир	150	6/4,8/6,3
	Булочка "Российская"	90	6,53/5,07/54
Ужин			
18:30	Рыба запеченная в омлете	100	8/9/19
	Гороховое пюре	100	7,3/0,5/14,3
	Соленый огурец	20	0,16/0,002/0,3
	Хлеб пшеничный	40	3,16/0,4/19,5
	Сок	200	1,8/3,6/21,6
Итого:			74/68,8/323