



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



Утверждаю:
заведующего МАДОУ № 301
Н.И.Евтеева

21.11.2022г.			
Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Б/Ж/У
Завтрак			
8:30	Макароны отварные с/м	80	20/2,5/10,4
	Яйцо вареное	40	5,1/4,6/0,3
	Соленый помидор	20	0,02/0,02/0,3
	Хлеб йодированный с/м	40/5	3,04/4,5/21,2
	Чай сладкий	200	0,1/0,001/1,36
2-й завтрак			
10:30			
Обед			
12-13:00	Суп картофельный с крупой	200	2/2,3/12,3
	Курица в соусе с томатом	80	23,6/28,4/3,7
	Каша пшеничная вязкая	120	6/6,6/24,3
	Хлеб ржаной	39	2,1/0,4/15,9
	Компот свежее яблоко, лимон	150	0,2/0,21/18,9
Полдник			
15:30	Кефир	150	6/4,8/6,3
	Булочка "Российская"	90	6,5/4,36/59
Ужин			
18:30	Каша молочная гречневая	200	6,98/10,42/25
	Хлеб йодированный	40.	2,4/0,72/16,2
	Яблоко печеное	100	0,28/0,28/27,1
	Молоко кипяченое	150	4,1/4,7/7
Итого:			88,4/74,8/230,3