



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



Утверждаю:
Заведующий МАДОУ № 301
Н.И.Евтеева

26.12.2022 г.			
Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Б/Ж/У
Завтрак			
8:30	Каша пшеничная вязкая	120	6/6,6/24,3
	Яйцо вареное	40	5,1/4,6/0,3
	Икра кабачковая т.о	30	4,2/4,2/6,3
	Хлеб йодированный сл/м	45/5	2,4/0,72/16,2
	Чай с сахаром,лимоном	150	0,1/0,009/1,5
2-й завтрак			
10:30	Свежее яблоко	180	0,72/0,72/17,6
Обед			
12:00	Суп картоф.с горохом	200	1,87/3,11/10,8
13:00	Курица отварная	70	14/14,3/6,26
	Картофель отварной сл/м	120	2,28/3,38/12,9
	Икра свекольная	60	1,14/5,7/6,86
	Хлеб йодированный	45	2,4/0,72/16,2
	Компот свежее яблоко.лимон	150	0,2/0,21/18,9
Полдник			
15:30	Молоко кипяченое	180	5,03/5,74/8,44
	Ватрушка с творогом	90	9,4/9,81/29,8
Ужин			
18:30	Каша молочная ячневая	200	7,4/8,07/35,2
	Хлеб йодированный с повидлом	40/30	2,4/0,72/16,2
	Какао на молоком	200	5,6/6,3/39,5
Итого:		70,2/74,9/267,2	