



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



| 28.12.2022 г.      |                             |                 |                    |
|--------------------|-----------------------------|-----------------|--------------------|
| Время приема пищи  | Наименование блюда          | выход в граммах | Б/Ж/У              |
| <b>Завтрак</b>     |                             |                 |                    |
| 8:30               | Каша молочная               | 250             | 7,7/7,7/27,2       |
|                    | Хлеб йодированный сл/м.     | 60/5            | 3,3/1,0/22         |
|                    | Какао с молоком             | 200             | 5,6/6,2/38,6       |
| <b>2-й завтрак</b> |                             |                 |                    |
| 10:30              | Свежее яблоко               | 180             | 0,72/0,72/17,6     |
|                    |                             |                 |                    |
| 12-13:00           | Рассольник "Ленинградский"  | 200             | 4,02/9,04/25,9     |
|                    | Куриное рагу с картофелем   | 180             | 16/12,3/10,8       |
|                    | Хлеб йодированный           | 66              | 3,3/1/22           |
|                    | Компот свежее яблоко, лимон | 150             | 0,23/0,23/22,8     |
| <b>Полдник</b>     |                             |                 |                    |
| 15:30              | Молоко кипяченое            | 200             | 5,6/6,3/9,3        |
|                    | Булочка "Домашняя"          | 90              | 2,44/5,06/20,8     |
| <b>Ужин</b>        |                             |                 |                    |
| 18:30              | Яйцо вареное                | 40              | 5,1/4,6/0,3        |
|                    | Картофельное пюре           | 140             | 3/6/22             |
|                    | Икра морковная              | 60              | 1,5/2,67/8,8       |
|                    | Хлеб йодированный           | 40              | 2,4/0,72/16,2      |
|                    | Сок                         | 150             | 1,3/2,7/16,2       |
| <b>Итого:</b>      |                             |                 | <b>62,2/66/280</b> |
|                    |                             |                 |                    |