



Российская Федерация

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



Утверждаю:

Заведующий МАДОУ № 301

Н.И. Евтеева

на 06.06.2022 г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У		
Завтрак 1	Макаронные изд. отвар.	120	30,7	4,3	16,5		82
	Яйцо вареное	20	5,1	4,6	0,3		63
	Зеленый горошек т.о	50	3	0,6	6		29
	Хлеб йодированный сл/м	40/5	3,16	4	19,9		127
	Чай сладкий	180	0,1	0,001	1,36		36,9
		415					
Завтрак 2	Сок	150	1,3	2,7	16,2		
Обед	Суп из овощей	200	1,54	4,69	10,07		92,19
	Картофельное пюре	120	2,5	4,8	18,6		128
	Гуляш из говядины	60	12,9	14,5	4		198,6
	Икра свекольная	50	0,5	1,6	3,1		33,2
	Хлеб йодированный	40	3,16	0,4	19,3		94
	Компот с/ф	150	0,5	0	25,1		85,3
		620					
Полдник	Кефир	150	6	4,8	6,3		100,5
	Ватрушка с творогом	90	9,36	9,6	29,8		257
		240					
Ужин	Суп молочный с пшеном	200	4,94	6,06	18,6		148
	Хлеб йодированный с повидлом	40/24	4,3	1,9	38,3		95
	Какао с молоком	180	5,04	5,67	35,55		171,7
		444					
Итого:		1869	93,6	70,221	268,98		1741,39