



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



Утверждаю:  
заведующего МАДОУ № 301  
Н.И.Евтеева

| 6.12.2022 г.       |                             |                 |                        |
|--------------------|-----------------------------|-----------------|------------------------|
| Время приема пищи  | Наименование блюда          | выход в граммах | Б/Ж/У                  |
| <b>Завтрак</b>     |                             |                 |                        |
| 8:30               | Плов фруктовый              | 160             | 4,6/9,2/58             |
|                    | Хлеб пшеничный сл/м         | 40/5            | 3,04/4,5/21,2          |
|                    | Чай с сахаром ,лимоном      | 180             | 0,1/0,009/1,5          |
|                    |                             |                 |                        |
| <b>2-й завтрак</b> |                             |                 |                        |
| 10:30              |                             |                 |                        |
| <b>Обед</b>        |                             |                 |                        |
| 12-13:00           | Рассольник "Ленинградский"  | 200             | 5,02/11,3/32,3         |
|                    | Курица в соусе с томатом    | 85              | 28/32/4                |
|                    | Каша пшенная вязкая         | 120             | 6/6,6/24,3             |
|                    | Соленый помидор             | 20              | 0,02/0,02/0,3          |
|                    | Хлеб ржаной                 | 41              | 2,2/0,4/15,9           |
|                    | Компот свежее яблоко .      | 150             | 0,23/0,23/22,8         |
| <b>Полдник</b>     |                             |                 |                        |
| 15:30              | Кефир                       | 150             | 6/4,8/6,3              |
|                    | Яблоко печеное              | 80              | 0,28/0,28/27,1         |
|                    | Кондитерка (пряник)         | 42              | 4,1/3/64               |
| <b>Ужин</b>        |                             |                 |                        |
| 18:30              | Сырник из творога запеченый | 180             | 24/6/37                |
|                    | Кисель                      | 50              | 0/0/15                 |
|                    | Хлеб пшеничный              | 40              | 3,16/0,4/19,5          |
|                    | Какао с молоком             | 180             | 5,04/5,67/35,5         |
| <b>Итого:</b>      |                             |                 | <b>91,7/85,5/384,7</b> |