



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



26.09.2022 г.			
Время приема пищи	Наименование блюда	выход в граммах	Б/Ж/У
Завтрак			
8:30	Каша пшеничная вязкая	100	5/5,56/20,2
	Яйцо вареное	20	2,5/2,3/0,15
	Зеленый горошек т.о	30	1,8/0,36/3,6
	Хлеб йодированный сл/м	40/5	3/0,9/20,3
	Чай сладкий	180	0,8/0,008/1,1
10:30			
Обед			
12:00	Суп картоф. с крупой	200	1,7/2,27/11,4
13:00	Гуляш из говядины	50	9,2/10,3/2,8
	Макаронные изд. отварные	80	20,4/2,9/11
	Икра свекольная	60	1,07/2,06/6,45
	Хлеб йодированный	39	2,4/0,72/16,2
	Компот свежее яблоко ,лимон	150	0,2/0,21/18,9
Полдник			
15:30	Кефир	152	6/4,8/6,3
	Булочка "Российская"	90	6,5/4,36/59
Ужин			
18:30	Суп молочный с гречневой кр.	200	4,94/6,06/18,62
	Хлеб йодированный	40.	2,4/0,72/16,2
	Какао с молоком	200	5,04/5,67/35,5
Итого:		72,9/49,1/247,7	