



УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий МДОУ «Детский сад №10
 «Жемчужинка» п. Гранитный
 С.А. Карамышева

Циклическое двадцатидневное меню МДОУ «Детский сад №10 «Жемчужинка» п. Гранитный

День 8

№ рец.	Прием пищи	Наименование блюд	Масса порций	Сад			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
216	Завтрак	Омлет	105	11,24	19,51	1,72	227,0
395		Кофейный напиток	180	2,85	2,41	14,36	91,0
7.035/2		Батон с маслом	40/10	0,00196	0,0057	0,01338	93,267
к/к	2 завтрак	Сок	100	0,95	0,07	18,23	71,31
1.25	Обед	Салат из соленых огурцов на р/м	60	0,57	0,11	2,42	12,08
101		Суп гречневый на кур/б со сметаной	200	2,4	7,4	35,6	192,1
304		Плов с курицей	210	22,26	7,73	35,69	301,0
122		Компот из кураги вит.	180	0,94	0	24,3	96,7
10.10.1.1.	Полдник	Вафли	40	1,5	12,2	25,0	217,0
133		Кисель	180	0,2	0	12,2	44,0
Г	На весь день	Хлеб пшеничный из муки высшего сорта	60	3,9	0,5	24,2	117,86
Г		Хлеб солодов	60	3,2	0,6	16,2	84,5

