



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

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

День 9

№ рец.	Прием пищи	Наименование блюд	Масса порций	Сад			Энергетическая ценность, ккал
				Б	Ж	У	
168	Завтрак	Каша кукурузная на молоке	200	6,21	5,28	27,9	184,0
397		Какао на молоке	180	3,67	3,19	15,2	107,0
7.035/2		Батон с маслом, сыр	40/10	0,00196	0,0057	0,01338	93,267
401	2 завтрак	Кисломолочный продукт	100	5,22	4,5	7,56	92,0
33	Обед	Салат из свеклы на р/м	60	0,85	3,65	5,02	56,3
9/2		Суп Уха	200	6,8	2,1	9,8	87,0
137		Рагу из овощей	220	2,5	12,3	14,8	181,3
122		Компот из шиповника вит	180	0,94	0	24,3	96,7
454	Полдник	Пирожки печеные с морковью	60	4,0	3,95	22,9	148,6
400		Молоко кипяченое	180	5,48	4,88	9,07	102,0
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