

**«УТВЕРЖДАЮ»**  
Заведующий МБДОУ  
«Детский сад № 231»  
г.о.Самара  
\_\_\_\_\_ Кичайкина Л.Т.

## МЕНЮ

«12» сентября 2022 года

| №<br>п/п          | Наименование готового<br>блюда                     | Вес<br>блюда | Калорий<br>ность |
|-------------------|----------------------------------------------------|--------------|------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>    |                                                    |              |                  |
| 1.                | Каша молочная жидкая «Геркулес»                    | 183/3/5      | 185              |
| 2.                | Бутерброды с маслом                                | 30/5         | 118              |
| 3.                | Какао на молоке                                    | 200          | 127              |
| <b>II ЗАВТРАК</b> |                                                    |              |                  |
| 1.                | Сок фруктовый                                      | 200          | 92               |
| <b>ОБЕД</b>       |                                                    |              |                  |
| 1.                | Рассольник домашний на курином бульоне со сметаной | 180/4        | 109              |
| 2.                | Макаронные изделия отварные с маслом               | 150/5        | 217              |
| 3.                | Птица, тушенная в томатном соусе                   | 30/50        | 127              |
| 4.                | Свекла порционная                                  | 30           | 34               |
| 5.                | Хлеб пшеничный                                     | 30           | 70               |
| 6.                | Хлеб ржаной                                        | 50           | 101              |
| 7.                | Напиток из плодов шиповника                        | 180          | 79               |
| <b>ПОЛДНИК</b>    |                                                    |              |                  |
| 1.                | Бутерброды с повидлом                              | 28/24        | 163              |
| 2.                | Кисломолочный напиток (снежок)                     | 150          | 158              |
| <b>УЖИН</b>       |                                                    |              |                  |
| 1.                | Омлет натуральный                                  | 120          | 220              |
| 2.                | Кукуруза консервированная                          | 30           | 54               |
| 3.                | Хлеб пшеничный                                     | 16           | 70               |
| 4.                | Чай с молоком                                      | 200          | 100              |

Стоимость: 147 рублей 28 копеек

Воспитатель: Зайцева А.Д.