

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

**МЕНЮ**  
«21» июня 2022 года

| №<br>п/п       | Наименование готового<br>блюда                                             | Вес<br>блюда | Калорий<br>ность |
|----------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|
| <b>ЗАВТРАК</b> |                                                                            |              |                  |
| 1.             | Каша манная молочная                                                       | 180/3        | 138              |
| 2.             | Бутерброды с сыром, маслом                                                 | 30/5/5       | 120              |
| 3.             | Какао с молоком                                                            | 180          | 85               |
|                |                                                                            |              |                  |
| 1.             | Йогурт фруктовый питьевой                                                  | 150          | 17               |
| <b>ОБЕД</b>    |                                                                            |              |                  |
| 1.             | Рассольник ленинградский (с перловой крупой) на мясном бульоне со сметаной | 180/10       | 141              |
| 2.             | Жаркое по-домашнему                                                        | 55/145       | 12               |
| 3.             | Икра морковная                                                             | 50           | 47               |
| 4.             | Хлеб пшеничный                                                             | 30           | 54               |
| 5.             | Хлеб ржаной                                                                | 30           | 158              |
| 6.             | Компот из смеси сухофруктов                                                | 180          | 12               |
| <b>ПОЛДНИК</b> |                                                                            |              |                  |
| 1.             | Плюшка с сахаром                                                           | 50           | 175              |
| 2.             | Молоко кипячёное                                                           | 180          | 100              |
| <b>УЖИН</b>    |                                                                            |              |                  |
| 1.             | Рыба, запечённая в омлете                                                  | 40/60        | 93               |
| 2.             | Зелёный горошек консервированный                                           | 30           | 18               |
| 3.             | Хлеб ржаной                                                                | 30           | 158              |
| 4.             | Чай с сахаром и лимоном                                                    | 200          |                  |

Стоимость: 163 рубля 12 копеек

Воспитатель: Билль М.Э.