

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

## МЕНЮ

«27» октября 2022 года

№ п/п	Наименование готового блюда	Вес блюда	Калорийность
<b>ЗАВТРАК</b>			
1.	Каша ячневая молочная вязкая	180/3	163
2.	Бутерброд с маслом	30/5	118
3.	Кофейный напиток с молоком	200	93
<b>II ЗАВТРАК</b>			
1.	Яблоки	187	44
<b>ОБЕД</b>			
1.	Щи из свежей капусты на курином бульоне со сметаной	180/8	83
2.	Рис отварной	150/5	207
3.	Биточки рубленые из мяса говядины	75	172
4.	Икра свекольная	50	50
5.	Хлеб пшеничный	30	70
6.	Хлеб ржаной	38	101
7.	Напиток из кураги и изюма	180	107
<b>ПОЛДНИК</b>			
1.	Бутерброды с повидлом	30/19	163
2.	Йогурт фруктовый питьевой	162	102
<b>УЖИН</b>			
1.	котлеты рыбные запечённые из горбуши	80	108
2.	Овощи тушеные	140	112
3.	Хлеб пшеничный	12	70
4.	Чай с сахаром и лимоном	191/2/7	42

Стоимость: 153 руб 98 коп

Воспитатель: Зайцева А.Д.