

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



МЕНЮ

«01» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша рисовая молочная, жидкая | 180/2 | 39 |
| 2. | Бутерброд с маслом и сыром | 30/4/8 | 110 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 81 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Йогурт | 120 | 98 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп свекольный со сметаной на мясном бульоне | 180/3 | 130 |
| 2. | Каша гречневая, рассыпчатая | 150 | 201 |
| 3. | Бефстроганов из мяса говядины | 36/50 | 97 |
| 4. | Салат из капусты с морковью | 50 | 40 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 6. | Хлеб ржаной | 45 | 79 |
| 7. | Компот из кураги | 180 | 102 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Печенье «Сахарное» | 25 | 43 |
| 2. | Молоко кипяченое | 120 | 68 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Котлеты рыбные запеченные | 70 | 101 |
| 2. | Пюре картофельное | 150 | 163 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 150,63 р.

Мед. сестра:

Топчий А.М.

Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



Кичанкина Л.Т.

МЕНЮ

«02» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Пудинг творожный | 115 | 140 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом | 30/4 | 102 |
| 4. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 100 | 43 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с мучными клецками на курином бульоне со сметаной | 180/3 | 150 |
| 2. | Капуста тушеная с отварным мясом кур | 158/42 | 199 |
| 3. | Салат из картофеля с зеленым горошком | 45 | 45 |
| 4. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 5. | Хлеб ржаной | 45 | 77 |
| 6. | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 102 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Булочка домашняя | 50 | 173 |
| 2. | Варенец | 142 | 112 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 125 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 27 |
| | | | |

Стоимость: 150,62

Мед. сестра:



Топчий А.М.

«Утверждаю»
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
 г.о.Самара

Кицайкина И.Т.



Кицайкина И.Т.

МЕНЮ

«03» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша ячневая молочная, вязкая | 180/2 | 239 |
| 2. | Бутерброд с маслом и сыром | 30/4/8 | 110 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 91 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок яблочный | 118 | 72 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Щи из свежей капусты со сметаной на мясном бульоне | 180/6 | 120 |
| 2. | Рис отварной с маслом | 150/4 | 200 |
| 3. | Котлеты рубленые из мяса говядины | 70 | 141 |
| 4. | Икра свекольная | 50 | 37 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 42 | 73 |
| 8. | Компот из кураги и изюма | 180 | 80 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Бутерброд с повидлом | 30/24 | 122 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Биточки рыбные запеченные | 80 | 145 |
| 2. | Салат «Степной» | 120 | 57 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 149,91

Мед. сестра:

Топчий

Топчий А.М.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



МЕНЮ

«04» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|--------|--------------|
| 1. | Запеканка творожная | 100 | 113 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом | 30/4 | 102 |
| 4. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 95 | 41 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп овощной с зеленым горошком на мясном бульоне со сметаной | 180/3 | 131 |
| 2. | Жаркое по домашнему | 160/40 | 221 |
| 3. | Огурец соленый порционный | 26 | 3,2 |
| 4. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 6. | Хлеб ржаной | 41 | 72 |
| 7. | Компот из яблок и лимона | 180 | 83 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Печенье «Сахарное» | 25 | 43 |
| 2. | Йогурт | 124 | 101 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с гречневой крупой | 180/2 | 126 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 38 |

Стоимость: 150,18

Мед. сестра:

Т.Томич

Топчий А.М.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



МЕНЮ

«07» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|---|-------|--------------|
| 1. | Каша пшеничная, вязкая на молоке | 180/2 | 232 |
| 2. | Бутерброд с маслом | 30/4 | 101 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 81 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок яблочный | 120 | 48 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной | 180/3 | 138 |
| 2. | Каша гречневая рассыпчатая | 150/4 | 201 |
| 3. | Птица, тушеная с овощами в томатном соусе | 30/50 | 109 |
| 4. | Салат из свеклы | 50 | 46 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 45 | 79 |
| 8. | Напиток из плодов шиповника | 180 | 61 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Булочка домашняя | 50 | 163 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Капуста тушеная | 150 | 84 |
| 2. | Яйцо отварное | 20 | 31 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром | 180 | 37 |

Стоимость: 149, 22

Мед. сестра:

Лисина

Топчий А.М.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



МЕНЮ

«08» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Капа сборная молочная с маслом сливочным | 180/2 | 259 |
| 2. | Бутерброд с маслом и сыром | 30/4/7 | 110 |
| 3. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Йогурт персиковый | 120 | 97 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Рассольник «Ленинградский» (с перловой крупой) со сметаной | 180/6 | 142 |
| 2. | Пюре картофельное | 150 | 163 |
| 3. | Тефтели из мяса говядины в томатном соусе | 38/42 | 92 |
| 4. | Салат из моркови | 50 | 29 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 4 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 46 | 80 |
| 8. | Компот из изюма | 180 | 95 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Печенье «Сахарное» | 25 | 43 |
| 2. | Молоко кипяченое | 120 | 68 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Рыба, запеченная в омлете | 58/65 | 149 |
| 2. | Салат из зеленого горошка консервированного | 35 | 40 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром и лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 150,35
Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



Кичайкина Л.Т.

МЕНЮ

«09» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|--------|--------------|
| 1. | Пудинг из творога | 100 | 126 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 101 |
| 4. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 81 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 106 | 46 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Борщ со свежей капустой и сметаной на мясном бульоне | 180/4 | 111 |
| 2. | Плов из отварной говядины | 150/36 | 375 |
| 3. | Салат из соленых огурцов с луком | 45 | 26 |
| 4. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 4. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 5. | Хлеб ржаной | 43 | 75 |
| 6. | Напиток лимонный | 180 | 40 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Плюшка с сахаром | 50 | 163 |
| 2. | Варенец | 117 | 95 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Рагу овощное | 180 | 131 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 40 |
| | | | |

Стоимость: 150,82

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара

Кичайкина Л.Т.



МЕНЮ

« 10 » февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/2 | 138 |
| 2. | Бутерброд с маслом и сыром | 30/4/8 | 115 |
| 3. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок яблочный | 120 | 48 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с горохом на курином бульоне | 180 | 107 |
| 2. | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/4 | 217 |
| 3. | Птица тушеная с овощами в томатном соусе | 35/52 | 108 |
| 4. | Салат из белокочанной капусты с морковью | 50 | 40 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 43 | 76 |
| 8. | Компот из кураги и изюма | 180 | 102 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Бутерброд с повидлом | 30/25 | 115 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Котлеты, рыбные запеченные | 80 | 108 |
| 2. | Салат «Винегрет» | 110 | 91 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром и лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 149,86

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



Кичайкина Л.Т.

МЕНЮ

«11» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорий ность |
|-------------------|--|-------|------------------|
| 1. | Запеканка из творога | 100 | 113 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 101 |
| 4. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 81 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 100 | 44 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне со сметаной | 180/3 | 124 |
| 2. | Картофель отварной с маслом сливочным | 150/4 | 150 |
| 3. | Шницели рубленые из мяса говядины | 80 | 156 |
| 4. | Салат из лука репчатого | 45 | 46 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 6. | Хлеб ржаной | 46 | 80 |
| 7. | Напиток из смеси сухофруктов | 180 | 80 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Печенье «Сахарное» | 25 | 43 |
| 2. | Йогурт | 121 | 98 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с пшеном | 180 | 179 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 73 |

Стоимость: 150,63

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



Кичайкина Л.Т.

МЕНЮ

«14» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|-------|--------------|
| 1. | Каша молочная жидкая «Геркулес» с маслом сливочным | 180/3 | 148 |
| 2. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 82 |
| 3. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок персик-яблоко | 120 | 72 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Рассольник «Домашний» со сметаной на курином бульоне | 180/2 | 151 |
| 2. | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/4 | 217 |
| 3. | Гуляш из отварного мяса кур | 34/51 | 109 |
| 4. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 5. | Салат из свеклы | 50 | 46 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 44 | 78 |
| 8. | Напиток из плодов шиповника | 180 | 53 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Булочка домашняя | 50 | 163 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Омлет натуральный | 100 | 132 |
| 2. | Салат из кукурузы консервированной | 35 | 41 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром | 180 | 40 |

Стоимость: 149,86

Мед. сестра:

Мищенко Е.С

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара

Кичайкина Л.Т.



МЕНЮ

«15» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша рисовая молочная с маслом сливочным | 180/2 | 153 |
| 2. | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/4/8 | 110 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 81 |
| | | | |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Йогурт | 120 | 98 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп свекольный со сметаной на мясном бульоне | 180/3 | 130 |
| 2. | Каша гречневая, рассыпчатая | 150 | 201 |
| 3. | Бефстроганов из мяса говядины | 37/48 | 125 |
| 4. | Салат из капусты с морковью | 50 | 40 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 6. | Хлеб ржаной | 42 | 79 |
| 7. | Компот из кураги | 180 | 102 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Пряник | 50 | 101 |
| 2. | Молоко кипяченое | 120 | 68 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Котлеты рыбные запеченые | 80 | 103 |
| 2. | Пюре картофельное | 140 | 154 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 150,63 р.

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара

Кичайкина Л.Т.



МЕНЮ

«16» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Пудинг творожный | 110 | 139 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 102 |
| 4. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 103 | 43 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с мучными клецками на курином бульоне со сметаной | 180/3 | 150 |
| 2. | Капуста тушеная с отварным мясом кур | 150/38 | 187 |
| 3. | Салат из картофеля с зеленым горошком | 50 | 50 |
| 4. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 5. | Хлеб ржаной | 45 | 77 |
| 6. | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 102 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Плюшка с сахаром | 50 | 175 |
| 2. | Варенец | 123 | 100 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 131 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 27 |
| | | | |

Стоимость: 150,62

Мед. сестра:

Мищенко Е.С

«Утверждаю»
 Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
 г.о.Самара



Кицайкина Л.Т.

МЕНЮ

«17» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша ячневая молочная, вязкая с маслом сливочным | 180/2 | 239 |
| 2. | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/4/8 | 110 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 91 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок мультифрукт | 120 | 70 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Щи из свежей капусты со сметаной на мясном бульоне | 180/5 | 120 |
| 2. | Рис отварной с маслом сливочным | 150/4 | 200 |
| 3. | Котлеты рубленые из мяса говядины | 68 | 139 |
| 4. | Икра свекольная | 50 | 37 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 43 | 73 |
| 8. | Компот из кураги и изюма | 180 | 80 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Бутерброд с повидлом | 30/25 | 121 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Биточки рыбные запеченные | 70 | 126 |
| 2. | Салат «Степной» | 110 | 57 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 150,01

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



«Утверждаю»
Л.Т. Кичайкина

МЕНЮ

«18» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|--------|--------------|
| 1. | Запеканка творожная | 110 | 125 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 102 |
| 4. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 100 | 44 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп овощной с зеленым горошком на мясном бульоне со сметаной | 180/3 | 131 |
| 2. | Жаркое по домашнему с отварным мясом говядины | 167/33 | 240 |
| 3. | Огурец соленый порционный | 35 | 4 |
| 4. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 6. | Хлеб ржаной | 43 | 75 |
| 7. | Компот из яблок и лимона | 180 | 83 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Пряник «Топленое молоко» | 50 | 85 |
| 2. | Йогурт | 117 | 95 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с гречневой крупой и маслом | 180/3 | 126 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 38 |

Стоимость: 150,18

Мед. сестра:

Мищенко Е.С

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



Кичайкина Л.Т.

МЕНЮ

«21» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|---|-------|--------------|
| 1. | Каша пшеничная, вязкая на молоке | 180/3 | 160 |
| 2. | Бутерброд с маслом | 30/4 | 102 |
| 3. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 91 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок яблочный | 121 | 52 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне со сметаной | 180/3 | 138 |
| 2. | Каша гречневая рассыпчатая | 150/4 | 201 |
| 3. | Птица, тушеная с овощами в томатном соусе | 30/55 | 110 |
| 4. | Салат из свеклы | 50 | 46 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 5 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 43 | 79 |
| 8. | Напиток из плодов шиповника | 180 | 61 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Булочка домашняя | 50 | 163 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Капуста тушеная | 150 | 84 |
| 2. | Яйцо отварное | 20 | 31 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром | 180 | 37 |

Стоимость: 149,22

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



МЕНЮ

«22» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|----------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша сборная молочная с маслом сливочным | 180/2 | 259 |
| 2. | Бутерброд с маслом сливочным и сыром | 30/4/7 | 110 |
| 3. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Йогурт персиковый | 120 | 97 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Рассольник «Ленинградский» (с перловой крупой) со сметаной | 180/5 | 142 |
| 2. | Пюре картофельное | 150 | 163 |
| 3. | Тефтели из мяса говядины в томатном соусе | 75/32 | 91 |
| 4. | Салат из моркови с сахаром | 45 | 27 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 4 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 46 | 80 |
| 8. | Компот из изюма | 180 | 95 |
| ПОЛДНИК + УЖИН | | | |
| 1. | Рыба, запеченная в омлете | 55/44 | 145 |
| 2. | Салат из зеленого горошка консервированного | 35 | 35 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром и лимоном | 180 | 40 |
| 5. | Пряники | 55 | 192 |

Стоимость: 150,35
Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

«Утверждаю»
Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара

Л.Т. Жичайкина Л.Т.



МЕНЮ

« 24 » февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Каша манная молочная с маслом сливочным | 180/2 | 138 |
| 2. | Бутерброд с маслом и сыром | 30/4/8 | 111 |
| 3. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок мультифруктовый | 120 | 60 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с горохом на курином бульоне | 180 | 107 |
| 2. | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/4 | 217 |
| 3. | Птица тушеная с овощами в томатном соусе | 30/55 | 109 |
| 4. | Салат из белокочанной капусты с морковью | 50 | 40 |
| 5. | Луковая закуска | 10 | 4 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 44 | 81 |
| 8. | Компот из кураги и изюма | 180 | 102 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Бутерброд с повидлом | 30/24 | 115 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с гречневой крупой и маслом сливочным | 180/2 | 126 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром и лимоном | 180 | 40 |

Стоимость: 149,86

Мед. сестра:

Е.С. Мищенко

Мищенко Е.С.

Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



«Утверждаю»
Кичайкина Л.Т.

МЕНЮ

«25» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|------------|--|--------|--------------|
| 1. | Запеканка из творога | 100 | 113 |
| 2. | Соус молочный, сладкий | 40 | 39 |
| 3. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 101 |
| 4. | Кофейный напиток с молоком | 180 | 81 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Яблоки | 98 | 42 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Суп картофельный с гречневой крупой на курином бульоне со сметаной | 180/2 | 124 |
| 2. | Жаркое по-домашнему с мясом птицы | 172/28 | 238 |
| 3. | Огурец соленый порционный | 28 | 3,8 |
| 4. | Луковая закуска | 10 | 4 |
| 5. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 6. | Хлеб ржаной | 43 | 80 |
| 7. | Компот из кураги и изюма | 180 | 80 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Булочка домашняя | 50 | 163 |
| 2. | Йогурт | 117 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Суп молочный с пшеном | 180 | 179 |
| 2. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 3. | Чай с сахаром | 180 | 73 |

Стоимость: 150,63

Мед. сестра:

Мищенко Е.С.

Заведующий МБДОУ «Детский сад №231»
г.о.Самара



МЕНЮ

«28» февраля 2022 года

| ЗАВТРАК | | | Калорийность |
|-------------------|--|-------|--------------|
| 1. | Каша молочная жидкая «Геркулес» с маслом сливочным | 180/2 | 141 |
| 2. | Бутерброд с маслом сливочным | 30/4 | 82 |
| 3. | Какао с молоком | 180 | 95 |
| II ЗАВТРАК | | | |
| 1. | Сок яблочный | 121 | 51 |
| ОБЕД | | | |
| 1. | Рассольник «Домашний» со сметаной на курином бульоне | 180/4 | 151 |
| 2. | Макаронные изделия отварные с маслом сливочным | 150/3 | 216 |
| 3. | Гуляш из отварного мяса кур | 28/57 | 109 |
| 4. | Луковая закуска | 10 | 4 |
| 5. | Салат из свеклы | 50 | 46 |
| 6. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 7. | Хлеб ржаной | 43 | 76 |
| 8. | Напиток из плодов шиповника | 180 | 53 |
| ПОЛДНИК | | | |
| 1. | Плошка с сахаром | 50 | 175 |
| 2. | Йогурт | 120 | 97 |
| УЖИН | | | |
| 1. | Омлет натуральный | 100 | 139 |
| 2. | Салат из кукурузы консервированной | 35 | 41 |
| 3. | Хлеб пшеничный | 30 | 70 |
| 4. | Чай с сахаром | 180 | 40 |

Стоимость: 149,86

Мед. сестра:

Мищенко Е.С