



Утверждаю

«08» июля 2025 г.

Заведующий МБДОУ д/с 164 И.Н. Стрельникова

Меню сад

На «08» июля 2025 г.

Завтрак

Каша жидкая пшеничная молочная	130гр/196,73ккал
Молоко	100гр/87ккал
Бутерброд с маслом сливочным	24,09/6гр/88,2ккал

Второй завтрак

Сок яблочный	109,09гр/57ккал
--------------	-----------------

Обед

Щи из св. капусты с картоф. и сметаной	200гр/118,58ккал
Гуляш из говядины	40/40гр/104,5ккал
Макаронны отварные	120гр/146,9ккал
Овощи свежие - огурцы свежие	11,12гр/6,3ккал
Компот из смеси сухофруктов	150гр/85,2ккал
Хлеб пшеничный	29гр/50,8ккал
Хлеб «Окский»	13,18гр/22ккал

Полдник

Котлета рыбная (минтай)	80гр/157,61ккал
Свекла, тушенная в сметанном соусе	120гр/102,45ккал
Чай с сахаром	150/12гр/56,24ккал
Хлеб пшеничный	10гр/25,4ккал

Ужин

Кефир	104,59гр/44,8ккал
Кондитерское изделие – печенье	1 шт/21гр/44,88ккал

Стоимость дня 149 руб. 07 коп.



Утверждаю

«08» июля 2025 г.

Заведующий МБДОУ д/с 164 И.Н. Стрельникова

Меню ясли

На «08» июля 2025 г.

Завтрак

Каша жидкая пшеничная молочная	130гр/170,5ккал
Молоко	100гр/87ккал
Бутерброд с маслом сливочным	20/5гр/88,2ккал

Второй завтрак

Сок яблочный	100,00гр/57ккал
--------------	-----------------

Обед

Щи из св. капусты с картоф. и сметаной	150гр/88,94ккал
Котлета из говядины	60гр/161,8ккал
Макаронны отварные	120гр/146,9ккал
Овощи свежие – огурцы свежие	11,12гр/6ккал
Компот из смеси сухофруктов	150гр/71ккал
Хлеб пшеничный	10гр/25,4ккал
Хлеб «Окский»	10гр/21,4ккал

Полдник

Котлета рыбная (минтай)	60гр/118,21ккал
Свекла, тушенная в сметанном соусе	120гр/81,96ккал
Чай с сахаром	150/12гр/56,24ккал
Хлеб пшеничный	10гр/25,4ккал

Ужин

Кефир	100гр/45ккал
Кондитерское изделие – печенье	1 шт/21гр/44,88ккал

Стоимость дня 125 руб. 54 коп.