

Утверждаю

« 14 » июля 2025 г.

Заведующий МБДОУ д/с 164 И.Н. Стрельникова



Меню сад
На «14» июля 2025 г.

Завтрак

Яйцо отварное	40гр/147,34кал
Икра кабачковая	28,91/27кал
Бутерброд с маслом сливочным	22,17/6гр/88,3кал
Чай с сахаром	150/12гр/56,24кал

Второй завтрак

Сок яблочный	100гр /61кал
--------------	--------------

Обед

Суп крестьянский с крупой	200гр/148,48кал
Шницель из говядины	80гр/222,62кал
Картофельное пюре	120гр/143,18кал
Овощи свежие – огурцы свежие	10,43гр/11,94кал
Компот из смеси сухофруктов	150гр/71кал
Хлеб пшеничный	22,58гр/51,8кал
Хлеб «Окский»	12,18гр/22,03кал

Полдник

Сырники из творога	100гр/240,7кал
Повидло яблочное	20гр/144,2кал
Молоко	100гр/67,3кал

Ужин

Кефир	117,17гр/43кал
Кондитерское изделие - печенье	1шт/21гр/44,88кал

Стоимость дня - 160 руб. 96 коп.

Утверждаю

« 14 » июля 2025 г.

Заведующий МБДОУ д/с 164 И.Н. Стрельникова



Меню ясли
На «14» июля 2025 г.

Завтрак

Омлет натуральный	90гр/147,34кал
Икра кабачковая	20гр /27кал
Бутерброд с маслом сливочным	20/5гр/88,2кал
Чай с сахаром	150/12гр/56,24кал

Второй завтрак

Сок яблочный	100гр/60,3кал
--------------	---------------

Обед

Суп крестьянский с крупой	150гр/111,36кал
Шницель из говядины	60гр/166,97кал
Картофельное пюре	120гр/143,18кал
Овощи свежие – огурцы свежие	10,43гр/11,94кал
Компот из смеси сухофруктов	150гр/71кал
Хлеб пшеничный	10гр/25,4кал
Хлеб «Окский»	10гр/21,4кал

Полдник

Сырники из творога	100гр/240,7кал
Повидло яблочное	20гр/143,2кал
Молоко	100гр/67,3кал

Ужин

Кефир	100гр/43кал
Кондитерское изделие – печенье	1 шт/21гр/44,88кал

Стоимость дня – 158 руб. 96 коп.