



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МАДОУ города Костромы
«Детский сад № 76»
И. Г. Забатурина



04.12.2024г.

Выход, гр.		Калорийность	
ясли	сад	ясли	сад

1 ЗАВТРАК

Каша пшенная с маслом
Бутерброд с повидлом
Чай с молоком

150	200	140	186,7
35	45	102,4	131,6
160	180	77	89

2 ЗАВТРАК

Банан

105	105	103,3	103,3
-----	-----	-------	-------

ОБЕД

Огурец свежий
Суп картофельный с бобовыми
Гуляш из отварного мяса
Каша гречневая рассыпч. с маслом
Компот из изюма витамин.
Хлеб ржаной

20	30	1,6	2,4
150	200	81	108
50	70	94,5	110,3
90	110	162,3	198,4
150	180	84,8	101,7
35	43	74,9	92

ПОЛДНИК

Ряженка
Пряник

128	136	62,4	66,4
10	18	36	64,8

УЖИН

Картофель отварной с маслом
Рыба запеченная в омлете
Хлеб пшеничный
Чай с сахаром

90	110	97,2	102,8
60	80	98	114
20	30	45,8	68,7
150	180	28	40