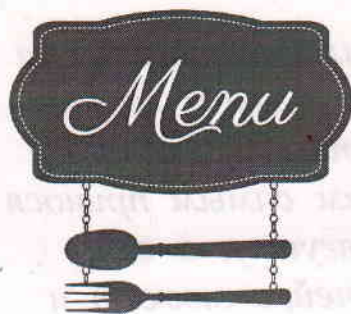




**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МАДОУ города Костромы

«Детский сад № 76»

И. Г. Забатурина



**10.09.2024г.**

**Выход,гр.**

**Калорийность**

ясли

сад

ясли

сад

**1 ЗАВТРАК**

|                                     |     |     |      |       |
|-------------------------------------|-----|-----|------|-------|
| Каша геркулесовая молочная с маслом | 155 | 205 | 133  | 186   |
| Хлеб пшеничный                      | 30  | 37  | 68,7 | 84,7  |
| Масло сливочное                     | 5   | 8   | 68   | 108,8 |
| Какао с молоком                     | 160 | 180 | 89   | 107   |

**2 ЗАВТРАК**

|                               |     |     |      |      |
|-------------------------------|-----|-----|------|------|
| Сок яблочный/ябл.-виноградный | 100 | 102 | 42,8 | 43,6 |
|-------------------------------|-----|-----|------|------|

**ОБЕД**

|                                       |     |     |      |       |
|---------------------------------------|-----|-----|------|-------|
| Помидор свежий                        | 25  | 30  | 1,8  | 2,2   |
| Борщ с картоф. и капустой со сметаной | 150 | 200 | 61,5 | 82    |
| Котлета мясная                        | 50  | 70  | 206  | 289,2 |
| Пюре картофельное                     | 90  | 110 | 75   | 96,7  |
| Компот из св.яблок витамин.           | 150 | 180 | 73   | 97    |
| Хлеб ржаной                           | 35  | 44  | 74,9 | 94    |

**ПОЛДНИК**

|         |     |     |      |      |
|---------|-----|-----|------|------|
| Снежок  | 133 | 137 | 78,9 | 81,3 |
| Печенье | 14  | 14  | 96,6 | 96,6 |

**УЖИН**

|                                           |     |     |       |       |
|-------------------------------------------|-----|-----|-------|-------|
| Запеканка творожная с морковью и сметаной | 105 | 170 | 224,1 | 324,5 |
| Хлеб пшеничный                            | 20  | 30  | 45,8  | 68,7  |
| Чай с лимоном                             | 150 | 180 | 29    | 41    |
| Яблоко                                    | 60  | 60  | 35    | 35    |