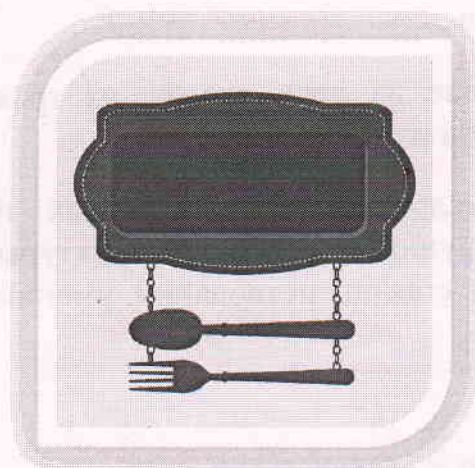




**УТВЕРЖДАЮ**

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

**16.01.2025г.**

**Выход, гр.**

**Калорийность**

ясли

сад

ясли

сад

**1 ЗАВТРАК**

Каша ячневая с маслом

155

205

154

180

Хлеб пшеничный

26

30

59,5

68,7

Сыр

9

14

29,9

46,6

Чай с молоком

160

180

77

89

**2 ЗАВТРАК**

Сок яблочный/ябл. - грушевый

102

103

43,6

44

**ОБЕД**

Салат из белокочанной капусты

35

52,5

40

60

Борщ вегетарианский со сметаной

150

200

71,5

95,3

Котлета мясная

50

70

202

229,2

Пюре картофельное

90

110

91,7

108,4

Компот из изюма витамин.

150

180

84,8

98,4

Хлеб ржаной

35

44

74,9

94,2

**ПОЛДНИК**

Молоко

150

180

85

102

Печенье

10

25

69

138,2

**УЖИН**

Салат из моркови

40

60

20,9

31,3

Вареники ленивые с масл. и сахаром

70

115

131

225

Хлеб пшеничный

20

30

48,8

68,4

Чай с сахаром

150

180

28

40