



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



18.10.2024г.

Выход,гр. Калорийность

ясли сад ясли сад

1 ЗАВТРАК

Каша манная молочная с маслом	155	205	150	182
Хлеб пшеничный	30	37	68,7	84,7
Масло сливочное	5	8	68	108,8
Кофейный напиток с молоком	160	180	75	91
Яйцо вареное	20	20	31,5	31,5

2 ЗАВТРАК

Сок яблочный	100	104	42,8	44,5
--------------	-----	-----	------	------

ОБЕД

Суп картофельный с крупой	150	200	62	82,7
Котлета рыбная	60	70	79,6	92,8
Капуста тушеная	90	110	67,6	82,5
Компот из сухофруктов витамин.	150	180	84	107,4
Хлеб ржаной	35	44	74,9	94,2

ПОЛДНИК

Кефир	125	148	55,8	66
Печенье овсяное	21	21	145	145

УЖИН

Тефтели из печени с рисом	60	80	152	215,3
Картофель отварной с маслом	90	110	97,2	118,8
Хлеб пшеничный	20	30	49,8	74,7
Чай с лимоном	150	180	29	41
Банан	103	103	101,5	101,5