



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МАДОУ города Костромы

«Детский сад № 76»

И. Г. Забатурина

19.11.2024г.

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	100	42,8	42,8
-------------------------------	-----	-----	------	------

ОБЕД

Помидор свежий	25	28	1,8	2,0
Борщ с картоф. и капустой со сметаной	150	200	61,5	82
Котлета мясная	50	70	202	229,2
Пюре картофельное	90	110	75	96,1
Компот из св.яблок витамин.	150	180	73	97
Хлеб ржаной	35	45	74,9	96,3

ПОЛДНИК

Снежок	120	141	71,2	83,8
Печенье	10	20	69	138,2

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