



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



20.11.2024г.

Выход, гр.		Калорийность	
ясли	сад	ясли	сад

1 ЗАВТРАК

Каша пшенная с маслом	150	200	140	186,7
Бутерброд с повидлом	35	45	102,4	131,6
Чай с молоком	160	180	77	89

2 ЗАВТРАК

Банан	97	97	88,4	88,4
-------	----	----	------	------

ОБЕД

Огурец свежий	20	28	1,6	2,2
Суп картофельный с бобовыми	150	200	81	108
Гуляш из отварного мяса	50	70	94,5	110,3
Каша гречневая рассыпч. с маслом	90	110	162,3	198,4
Компот из изюма витамин.	150	180	84,8	101,7
Хлеб ржаной	35	45	74,9	94,2

ПОЛДНИК

Ряженка	125	137	61	66,8
Пряник	10	17	36	61,2

УЖИН

Картофель отварной с маслом	90	110	97,2	102,8
Рыба запеченная в омлете	60	80	98	114
Хлеб пшеничный	20	30	45,8	68,7
Чай с сахаром	150	180	28	40