



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



07.11.2024г.

Выход,гр.

Калорийность

ясли

сад

ясли

сад

1 ЗАВТРАК

Каша пшеничная жидкая со слив. маслом	155	205	150	182
Хлеб пшеничный	26	30	59,5	68,7
Сыр (порциями)	9	14	29,9	46,6
Кофейный напиток с молоком	160	180	74,6	91

2 ЗАВТРАК

Сок яблочный/ябл.- грушевый	100	102	42,8	43,7
-----------------------------	-----	-----	------	------

ОБЕД

Помидор свежий	20	30	1,46	2,2
Суп с рыбными консервами	150	200	100	134
Котлета, биточки рублен.из птицы	60	70	103	120
Пюре картофельное с морковью	90	110	91,7	108,4
Компот из свежих плодов (яблоки)	150	180	73	97
Хлеб ржаной	35	44	74,9	94,2

ПОЛДНИК

Кефир	120	134	48,5	59,8
Печенье	10	20	69	138,2

УЖИН

Салат из моркови	40	50	20,9	31,4
Запеканка из творога со сметаной	100	160	197,6	316,2
Хлеб пшеничный	30	40	130,6	174,1
Чай с лимоном	150	180	29	41
Яблоко	60	60	35	35