



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

09.01.2025г.

Выход,гр. Калорийность

ясли сад ясли сад

1 ЗАВТРАК

Каша рисовая молочн.с маслом	155	205	134,5	154
Хлеб пшеничный	26	30	59,5	68,7
Сыр	9	9	82,3	82,3
Чай с сахаром	160	180	75	91

2 ЗАВТРАК

Сок яблочный/ябл.-виноградный	100	102	42,8	43,6
-------------------------------	-----	-----	------	------

ОБЕД

Салат из белокач.капусты	40	60	34,9	52,4
Рассольник со сметаной	150	200	62,5	75
Гуляш из отварного мяса	50	70	140	198,3
Каша гречневая рассыпч.	90	110	162,3	198,4
Компот из изюма витамин.	150	180	81,8	104,7
Хлеб ржаной	35	46	74,9	98,4

ПОЛДНИК

Молоко	150	180	85	102
Печенье	10	20	69	138,2

УЖИН

Рагу овощное	135	175	123,8	216
Яйцо вареное	20	20	31,5	31,5
Хлеб пшеничный	20	30	45,8	68,7
Чай с молоком	150	180	77	99