



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



09.12.2024г.

	Выход, гр.		Калорийность	
	ясли	сад	ясли	сад
1 ЗАВТРАК				
Каша рисовая молочная с маслом	150	200	130,9	154
Хлеб пшеничный	26	30	59,5	68,7
Сыр	9	14	82,3	135,9
Чай с сахаром	160	180	38	40
2 ЗАВТРАК				
Сок яблочный	102	102	43,7	43,7
ОБЕД				
Салат из свеклы	40	50	37,6	47
Щи с капустой и картоф. со сметаной	150	200	50,8	67,8
Гуляш из отварного мяса	50	70	94,5	110,3
Макаронные изделия отварные с мас.	90	110	99,3	121,4
Компот из изюма витамин.	150	180	84,8	101,7
Хлеб ржаной	35	44	74,9	94,2
ПОЛДНИК				
Молоко	150	180	85	102
Сдоба обыкновенная	50	50	141	141
УЖИН				
Рагу из овощей	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	89