



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

15.10.2024г.

Выход, гр. Калорийность

ясли сад ясли сад

1 ЗАВТРАК

Каша пшенная мол. с маслом	155	205	140	186,7
Хлеб пшеничный	30	37	68,7	84,7
Масло сливочное	5	8	68	108,8
Кофейный напиток с молоком	160	180	75	91

2 ЗАВТРАК

Сок яблочный/ябл-персиковый	100	101	42,8	43,2
-----------------------------	-----	-----	------	------

ОБЕД

Салат из белокач. капусты	40	60	35	52,5
Рассольник со сметаной	150	200	62,5	77
Суфле из отварного мяса	50	70	145,7	194,3
Пюре картофельное	90	110	75	96,7
Компот из сухофруктов витамин.	150	180	84	101,7
Хлеб ржаной	35	45	74,9	96,3

ПОЛДНИК

Ряженка	120	146	59,6	72,5
Печенье	10	20	69	138,2

УЖИН

Салат из моркови	40	50	20,9	26,1
Запеканка из творога со сметаной	120	160	237,1	316,2
Хлеб пшеничный	20	30	48,8	68,4
Чай с сахаром	150	180	28	40
Яблоко	60	60	35	35