



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
О.К. Строжкова



### Меню на 02.12.2024 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Каша гречневая рассыпчатая	150	200
Чай с сахаром	150	200
Батон с маслом	20\5	30\5
<b>10:00</b>		
Сок	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>366,4</b>	<b>483,4</b>
<b>Обед</b>		
Чеснок	5	5
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200
Котлета из мяса говядины	50	70
Макаронные изделия отварные	130	150
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
<b>Калорийность:</b>	<b>526,85</b>	<b>648,85</b>
<b>Полдник</b>		
Печенье	50	50
Биойогурт	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>251,5</b>	<b>277</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1144,75</b>	<b>1409,25</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>76,3</b>	<b>78,2</b>

\* Суточная норма калорийности для детей 1-3 лет – 1500 ккал, для детей 3-7 лет – 1800 ккал.

\*\*В соответствии с СанПин 2.3\2.4.3590-20 в ДОУ с 10-часовым пребыванием, дети получают 75% (+-5%) пищевых веществ и энергии от суточной нормы.

Калькулятор Иванова / О.В. Иванова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 638659264186898037567612618100491810558963418013

Владелец Строжкова Ольга Кирилловна

Действителен с 08.12.2023 по 07.12.2024