



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
О.К. Строжкова

### Меню на 18.12.2024 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Пудинг из творога с морковью и повидлом	100\15	120\20
Кофейный напиток	150	200
Батон	20	30
<b>10:00</b>		
Сок	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>412,6</b>	<b>459,6</b>
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с бобовыми	150	200
Рулет из мяса говядины с яйцом и рисом	130	150
Соус молочный	20	30
Напиток из плодов шиповника	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
<b>Калорийность:</b>	<b>493,48</b>	<b>664,42</b>
<b>Полдник</b>		
Манник	50	70
Чай с лимоном	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>219</b>	<b>298</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1125,08</b>	<b>1422,02</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>75</b>	<b>79</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 ИВ /О.В. Иванова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 11658132350595754882249227326788119953424450964

Владелец Строжкова Ольга Кирилловна

Действителен с 04.12.2024 по 04.12.2025