



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
О.К. Стrojкова

Меню на 10.01.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша пшеничная молочная жидкая	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон с сыром	20\8	30\11
10:00		
Яблоко	100	100
Калорийность:	371,2	490,9
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	150	200
Рулет из мяса говядины с яйцом и рисом	130	150
Соус молочный	20	30
Напиток из сухофруктов и плодов шиповника	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	493,48	664,42
Полдник		
Пряники	50	50
Молоко	150	200
Калорийность:	274,6	302,3
Калорийность всего*:	1139,28	1457,62
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	75,95	80,9

* 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 11658132350595754882249227326788119953424450964

Владелец Строжкова Ольга Кирилловна

Действителен с 04.12.2024 по 04.12.2025