



Утверждаю:
МБДОУ № 12
О.К. Строжкова

Меню на 14.01.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша ячневая молочная	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон с маслом	20\5	30\5
10:00		
Яблоко	100	100
Калорийность:	388	484
Обед		
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200
Биточки из мяса свинины	50	70
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	150
Кисель из концентрата на плодовых или ягодных экстрактах	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	526,5	639,8
Полдник		
Запеканка из творога с повидлом	50\15	100\20
Молоко	150	200
Калорийность:	158,6	286,71
Калорийность всего*:	1073,1	1410,51
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	71,54	78,3

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

**В соответствии с СанПин2.3\2.4.3590-20 в ДОУ с 10-часовым пребыванием, дети получают 75% (+-5%) пищевых веществ и энергии от суточной нормы.

Калькулятор Ивак /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