



Утверждаю:  
МБДОУ № 12  
О.К. Строжкова

### Меню на 14.01.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Каша ячневая молочная	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон с маслом	20\5	30\5
<b>10:00</b>		
Яблоко	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>388</b>	<b>484</b>
<b>Обед</b>		
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
<b>Калорийность:</b>	<b>526,5</b>	<b>639,8</b>
<b>Полдник</b>		
Запеканка из творога с повидлом	50\15	100\20
Молоко	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>158,6</b>	<b>286,71</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1073,1</b>	<b>1410,51</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>71,54</b>	<b>78,3</b>

\* 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