



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
О.К. Строжкова

Меню на 22.01.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Пудинг из творога с морковью и сгущенным молоком	100\15	120\20
Кофейный напиток	150	200
Батон	20	30
10:00		
Яблоко	100	100
Калорийность:	412,6	459,6
Обед		
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
Калорийность:	493,48	664,42
Полдник		
Булочка домашняя	50	70
Чай с лимоном	150	200
Калорийность:	186,5	234
Калорийность всего*:	1092,58	1358,02
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	72,8	75,4

* 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 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