



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
О.К. Строжкова

### Меню на 20.02.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Каша пшеничная молочная жидкая	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон	20	30
<b>10:00</b>		
Яблоко	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>357</b>	<b>478</b>
<b>Обед</b>		
Свекольник	150	200
Котлета рыбная	50	70
Картофельное пюре	120	150
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
<b>Калорийность:</b>	<b>569,4</b>	<b>643,1</b>
<b>Полдник</b>		
Булочка домашняя	50	70
Чай с молоком и сахаром	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>203,25</b>	<b>259</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1129,65</b>	<b>1380,1</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>75,3</b>	<b>76,6</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 Мел / 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