



Утверждаю:  
И.о. заведующего МБДОУ № 12  
А.В. Аргучинская

### Меню на 10.04.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Омлет запеченный	100\4	120\5
Какао с молоком	150	200
Батон	20	30
<b>10:00</b>		
Апельсин	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>333,7</b>	<b>424,4</b>
<b>Обед</b>		
Борщ с капустой и картофелем	150	200
Гуляш из отварного мяса курицы	60	80
Картофельное пюре	120	150
Напиток из плодов шиповника	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
<b>Калорийность:</b>	<b>541,5</b>	<b>622,9</b>
<b>Полдник</b>		
Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	50	70
Чай с молоком и сахаром	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>182,75</b>	<b>253</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1057,95</b>	<b>1300,3</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>70,53</b>	<b>72,2</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 Иванова / О.В. Иванова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114512

Владелец Аргучинская Анастасия Васильевна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026