



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

### Меню на 24.04.2025 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>   |                |               |
| Яблоко   | 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 кури                           | 60             | 80            |
| Картофельное пюре                                      | 120            | 150           |
| Напиток из плодов шиповника                            | 150            | 200           |
| Хлеб пшеничный<br>витаминизированный                   | 20             | 30            |
| Хлеб ржаной  | 25             | 35            |
| <b>Калорийность:</b>                                   | <b>541,5</b>   | <b>622,9</b>  |
| <b>Полдник</b>   |                |               |
| Гребешок из дрожжевого теста с<br>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<br/>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 Ива / 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