



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 16.07.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша овсяная «Геркулес» молочная		200
Какао с молоком		200
Батон с маслом		30/7
10:00		
Бананы		100
Калорийность:		364
Обед		
Борщ с капустой и картофелем		200
Биточки из мяса говядины		70
Каша гречневая рассыпчатая с овощами		150
Компот из сухофруктов		200
Хлеб пшеничный витаминизированный		30
Хлеб ржаной		35
Калорийность:		815
Полдник		
Запеканка из творога с киселем		100/20
Чай с сахаром		200
Калорийность:		280
Калорийность всего*:		1459
Калорийность всего в % от суточной нормы**:		81

* Суточная норма калорийности для детей 1-3 лет – 1500 ккал, для детей 3-7 лет – 1800 ккал.

**В соответствии с СанПин 2.3\2.4.3590-20 в ДОУ с 10-часовым пребыванием, дети получают 75% (+-5%) пищевых веществ и энергии от суточной нормы.

Калькулятор Ждамир /Т.В. Ждамир

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114512

Владелец Аргучинская Анастасия Васильевна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026