



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина

Меню на 21.07.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша гречневая рассыпчатая		200
Чай с сахаром		200
Батон с повидлом		30/22
10:00		
Сок		100
Калорийность:		453,4
Обед		
Рассольник ленинградский		200
Котлета из мяса свинины		70
Макаронные изделия отварные		150
Компот из сухофруктов		200
Хлеб пшеничный витаминизированный		30
Хлеб ржаной		35
Калорийность:		669,4
Полдник		
Печенье		50
Биойогурт		200
Калорийность:		277
Калорийность всего*:		1399,8
Калорийность всего в % от суточной нормы**:		77,7

* 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. Ждамирова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114512

Владелец Аргучинская Анастасия Васильевна

Действителен с 21.04.2025 по 21.04.2026