



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина

Меню на 18.08.2025 г.



Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша гречневая рассыпчатая	150	200
Чай с сахаром	150	200
Батон с маслом	20/5	30/7
10:00		
Сок	100	100
Калорийность:	366,4	483,4
Обед		
Рассольник ленинградский	150	200
Котлета из мяса свинины	50	70
Макаронные изделия отварные	130	150
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	495,8	601,9
Полдник		
Печенье	50	50
Биойогурт	150	200
Калорийность:	251,5	277
Калорийность всего*:	1113,7	1362,3
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	74,2	75,6

* 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 Т.В. Ждамирова / 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