



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 15.10.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Пудинг из творога с морковью и киселем	100\15	120\20
Кофейный напиток	150	200
Батон	20	30
10:00		
Яблоко	100	100
Калорийность:	422,6	509,84
Обед		
Суп картофельный с бобовыми	150	200
Рагу из овощей с мясом курицы	150	200
Напиток из шиповника	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	463,1	609,42
Полдник		
Гребешок из дрожжевого теста с повидлом	50	70
Чай с сахаром	150	200
Калорийность:	155,0	217,0
Калорийность всего*:	1040,7	1336,26
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	70,0	74,2

* 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 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026