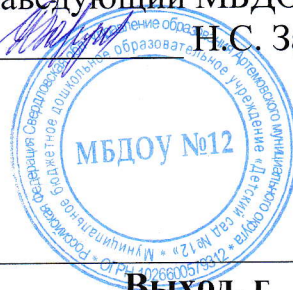




Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 23.10.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша пшеничная молочная	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон	20	30
10:00		
Сок	100	100
Калорийность:	348,7	467
Обед		
Борщ с капустой и картофелем	150	200
Салат из моркови с растительным маслом	30	50
Гуляш из отварного мяса куры	60	80
Картофельное пюре	120	150
Компот из кураги	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	491,89	674,43
Полдник		
Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	50	70
Чай с молоком и сахаром	150	200
Калорийность:	182,75	253
Калорийность всего*:	1023,34	1394,43
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	68,2	77,4

* 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. Ждамирлова

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026