



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина Н.С. Зарубина

Меню на 01.11.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша манная молочная	150	200
Чай с молоком и сахаром	150	200
Батон	20	30
10:00		
Сок	100	100
Калорийность:	283,75	373
Обед		
Суп из овощей	150	200
Плов из мяса говядины	160	210
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	557,6	734,9
Полдник		
Пряники	50	50
Молоко	150	200
Калорийность:	264,3	292
Калорийность всего*:	1105,65	1399,9
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	73,7	77,7

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

**В соответствии с СанПин2.3\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 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026