



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 05.11.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Макаронные изделия отварные	130	150
Чай с сахаром	150	200
Икра кабачковая	25	35
Батон	20	30
10:00		
Сок	100	100
Калорийность:	286	348
Обед		
Суп картофельный с макаронами	150	200
Гуляш из мяса свинины, греча рассыпчатая	60/150	80/200
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	542,2	725,5
Полдник		
Печенье	50	50
Биойогурт	150	200
Калорийность:	226,0	226,0
Калорийность всего*:	1054,2	1299,9
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	70,3	72,2

* 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 Медведь /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