



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 11.11.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша пшенная молочная жидкая	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон	20	30
10:00		
Банан	100	100
Калорийность:	357	478
Обед		
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200
Жаркое по-домашнему	150	200
Компот из кураги	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	522	650,1
Полдник		
Манник	50	70
Молоко	150	200
Калорийность:	228,6	297,9
Калорийность всего*:	1107,6	1426
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	73,8	79,2

* 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 А.В. Аргучинская / А.В. Аргучинская

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026