



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 28.11.2025 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Омлет запеченный	100	120
Кофейный напиток	150	200
Батон	20	30
10:00		
Сок	100	100
Калорийность:	323,3	395,2
Обед		
Суп крестьянский с крупой	150	200
Суфле из кур паровое с рисом	120	150
Соус молочный	20	30
Компот из изюма	150	200
Хлеб пшеничный витаминизированный	20	30
Хлеб ржаной	25	35
Калорийность:	630,5	746,4
Полдник		
Вафли	50	50
Чай с молоком и сахаром	150	200
Калорийность:	245,7	287,0
Калорийность всего*:	1199,5	1428,6
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	79,9	79,3

* 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