



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

Меню на 26.02.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша манная молочная		200
Какао с молоком		200
Батон		30
10.00		
Яблоки		100
Калорийность:		420
Обед		
Борщ с капустой и картофелем		200
Гуляш из отварного мяса говядины		80
Картофельное пюре		150
Напиток из плодов шиповника		200
Хлеб пшеничный		30
Хлеб Дарницкий		35
Калорийность:		603,5
Полдник		
Запеканка из творога с киселем		110\20
Чай с молоком и сахаром		200
Калорийность:		287
Калорийность всего*:		1310,5
Калорийность всего в % от суточной нормы**:		72,8

* 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. Ждамирлова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026