



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
И.С. Зарубина



### Меню на 14.04.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Каша молочная ассорти (геркулес, пшеничная)	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон с маслом	25 / 8	30 / 10
<b>10.00</b>		
Бананы	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>403</b>	<b>496</b>
<b>Обед</b>		
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200
Жаркое по-домашнему	150	200
Компот из кураги	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
<b>Калорийность:</b>	<b>530</b>	<b>607,5</b>
<b>Полдник</b>		
Булочка молочная	50	70
Молоко	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>218,3</b>	<b>299</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1151,3</b>	<b>1402,5</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>76,5</b>	<b>77,9</b>

\* 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 И.С. Зарубина / 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