



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
Н.С. Зарубина



### Меню на 18.05.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
<b>Завтрак</b>		
Макаронные изделия отварные	130	150
Чай с сахаром	150	200
Икра кабачковая	25	30
Батон	20	30
<b>10.00</b>		
Сок	100	100
<b>Калорийность:</b>	<b>386</b>	<b>448</b>
<b>Обед</b>		
Суп из овощей	150	200
Плов из мяса говядины	160	210
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
<b>Калорийность:</b>	<b>591,4</b>	<b>705,9</b>
<b>Полдник</b>		
Печенье	50	70
Биоогурт	150	200
<b>Калорийность:</b>	<b>226,0</b>	<b>226,0</b>
<b>Калорийность всего*:</b>	<b>1203,4</b>	<b>1379,9</b>
<b>Калорийность всего в % от суточной нормы**:</b>	<b>80,2</b>	<b>76,6</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 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