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

# Меню на 19.05.2026 г.

| Название блюда | Выход, г | |
|---|---|---|
| | от 2 - 3 лет | от 3 - 7 лет |
| **Завтрак** | | |
| Каша овсяная «Геркулес» молочная вязкая | 150 | 200 |
| Какао с молоком | 150 | 200 |
| Батон с маслом | 20 / 8 | 30 / 10 |
| **10.00** | | |
| Бананы | 100 | 100 |
| **Калорийность:** | **368** | **454** |
| **Обед** | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем | 150 | 200 |
| Котлеты из мяса свинины | 50 | 70 |
| Каша гречневая рассыпчатая с овощами | 100 | 150 |
| Компот из кураги и изюма | 150 | 200 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 30 |
| Хлеб Дарницкий | 25 | 35 |
| **Калорийность:** | **582** | **760,6** |
| **Полдник** | | |
| Манник | 50 | 70 |
| Молоко | 150 | 200 |
| **Калорийность:** | **228,6** | **297,9** |
| **Калорийность всего*:** | **1178,6** | **1512,5** |
| **Калорийность всего в % от суточной нормы**:** | **78,5** | **84** |

* 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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен С 19.08.2025 по 19.08.2026