Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина

Меню на 16.06.2026 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		
Суп картофельный с рыбой	150	200
Салат из свежих помидоров и огурцов	40	60
Котлеты из мяса свинины	50	70
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	150
Компот из кураги	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