



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина

Меню на 06.07.2026 г.



Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша гречневая рассыпчатая	150	200
Чай с сахаром	150	200
Батон с маслом	25 / 8	30 / 10
10.00		
Сок	100	100
Калорийность:	395,4	491,4
Обед		
Рассольник ленинградский	150	200
Котлеты из мяса свинины	50	70
Макаронные изделия отварные / Соус сметанный с томатом	130 / 20	150 / 30
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
Калорийность:	527,7	696
Полдник		
Печенье	50	50
Биойогурт	150	200
Калорийность:	251,5	277
Калорийность всего*:	1174,6	1464
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	78,3	81,3

* Суточная норма калорийности для детей 1-3 лет – 1500 ккал, для детей 3-7 лет – 1800 ккал.

**В соответствии с СанПин 2.3\2.4.3590-20 в ДОУ с 10-часовым пребыванием, дети получают 75% (+-5%) пищевых веществ и энергии от суточной нормы.

Калькулятор Медвед / 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