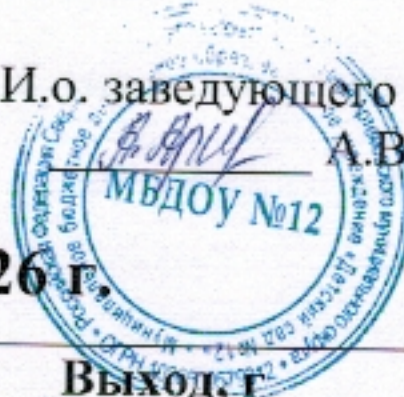




Утверждаю:  
И.о. заведующего МБДОУ № 12  
А.В. Аргучинская



Меню на 20.07.2026 г.

| Название блюда                            | Выход, г      |               |
|-------------------------------------------|---------------|---------------|
|                                           | от 2 - 3 лет  | от 3 - 7 лет  |
| <b>Завтрак</b>                            |               |               |
| Каша гречневая рассыпчатая                | 150           | 200           |
| Чай с сахаром                             | 150           | 200           |
| Батон                                     | 20            | 30            |
| <b>10:00</b>                              |               |               |
| Сок                                       | 100           | 100           |
| <b>Калорийность:</b>                      | <b>395,4</b>  | <b>491,4</b>  |
| <b>Обед</b>                               |               |               |
| Рассольник ленинградский                  | 150           | 200           |
| Котлета из мяса свинины                   | 50            | 70            |
| Макаронные изделия отварные               | 130           | 150           |
| Компот из смеси сухофруктов               | 150           | 200           |
| Хлеб пшеничный витаминизированный         | 20            | 30            |
| Хлеб ржаной                               | 25            | 35            |
| <b>Калорийность:</b>                      | <b>527,7</b>  | <b>656</b>    |
| <b>Полдник</b>                            |               |               |
| Печенье                                   | 50            | 50            |
| Биойогурт                                 | 150           | 200           |
| <b>Калорийность:</b>                      | <b>251,5</b>  | <b>277</b>    |
| <b>Калорийность всего*:</b>               | <b>1174,6</b> | <b>1424,4</b> |
| <b>Калорийность всего в % от суточной</b> | <b>78,3</b>   | <b>79,1</b>   |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288  
Владелец Зарубина Наталья Сергеевна  
Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026

\* Суточная норма

\*\* В соответствии

веществ и энергии

и, для детей 3-7 лет – 1800 ккал.

при пребывании, дети получают 75% (+-5%) пищевых

Калькулятор  / Г.А. Тювякина