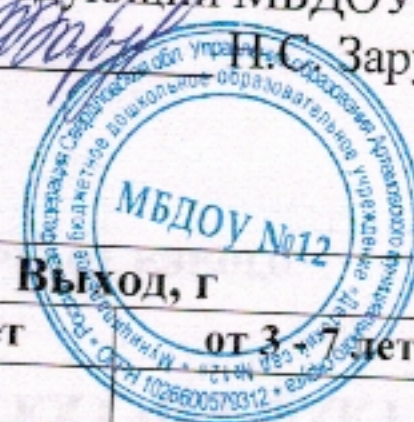




Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина

Меню на 31.07.2026 г.



Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Суп молочный с макаронными изделиями	150	200
Кофейный напиток на молоке	150	200
Батон с маслом	20/7	30/9
10:00		
Сок	100	100
Калорийность:	349,6	441,8
Обед		
Салат картофельный с огурцами солеными	40	60
Суп картофельный с крупой	150	200
Суфле из рыбы с рисом	130	150
Соус молочный	20	30
Компот курага изюм	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
Калорийность:	536,4	609,1
Полдник		
Вафли	50	50
Чай с молоком и сахаром	150	200
Калорийность:	228,9	356
Калорийность всего*:	1114,9	1406,9
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	74,3	78,1

* 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 / Г.А. Тювякина