



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 06.08.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 – 3 лет	от 3 – 7 лет
Завтрак		
Каша пшеничная молочная жидкая	150	200
Какао с молоком	150	200
Батон с маслом	25 / 7	35 / 10
Яблоки	100	100
Калорийность:	343	452
Обед		
Свекольник	150	200
Огурец свежий порционный	20	40
Котлета рыбная	50	70
Картофельное пюре	120	150
Компот из смеси сухофруктов	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
Калорийность:	569,4	643,1
Полдник		
Ватрушка с творогом	50	70
Чай с сахаром	150	200
Калорийность:	204,3	280,3
Калорийность всего*:	1116,7	1375,4
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	74,4	76,4

* 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 Ждамир / Т.В. Ждамирлова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026