



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 11.08.2026 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 сыром	25 / 9	30 / 13
10.00		
Бананы	100	100
Калорийность:	368	454
Обед		
Щи из свежей капусты с картофелем	150	200
Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	40	60
Котлеты из мяса свинины	50	70
Каша гречневая рассыпчатая с овощами	100	150
Кисель	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
Калорийность:	612	805,6
Полдник		
Булочка домашняя	50	70
Молоко	150	200
Калорийность:	240,8	300
Калорийность всего*:	1220,8	1559,6
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	81,3	86,6

* 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 Т.В. Ждамирова / 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