



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина

Меню на 14.08.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Запеканка из творога со сгущенным молоком	50 / 20	100 / 24
Кофейный напиток на молоке	150	200
Батон	25	35
10.00		
Сок	100	100
Калорийность:	387	465
Обед		
Суп картофельный с макаронными изделиями	150	200
Рагу из овощей с мясом свинины	150	200
Компот из кураги и изюма	150	200
Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб Дарницкий	25	35
Калорийность:	474,4	634,1
Полдник		
Вафли	50	50
Чай с молоком и сахаром	150	200
Калорийность:	331	331
Калорийность всего*:	1192,4	1430,1
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	79,4	79,4

* 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. Ждамирова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 133397933100110045794213742499444592196809849288

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 19.08.2025 по 19.08.2026