



Утверждаю:  
Заведующий МБДОУ № 12  
Н.С. Зарубина

## Меню на 17.08.2026 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 с маслом                                         | 25 / 8        | 30 / 10      |
| <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          |
| Котлеты из мяса свинины                                | 50            | 70           |
| Макаронные изделия отварные                            | 130           | 150          |
| Компот из смеси сухофруктов                            | 150           | 200          |
| Хлеб пшеничный                                         | 20            | 30           |
| Хлеб Дарницкий                                         | 25            | 35           |
| <b>Калорийность:</b>                                   | <b>527,7</b>  | <b>696</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>1464</b>  |
| <b>Калорийность всего в % от<br/>суточной нормы**:</b> | <b>78,3</b>   | <b>81,3</b>  |

\* 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 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