



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
Н.С. Зарубина



Меню на 27.08.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Омлет запеченный	100	120
Какао с молоком	150	200
Батон	25	35
10.00		
Сок	100	100
Калорийность:	310	429
Обед		
Борщ с капустой и картофелем	150	200
Салат из свежих огурцов и помидоров	40	60
Гуляш из отварного свинины	60	80
Картофельное пюре	120	150
Компот из кураги	150	200
Хлеб пшеничный	25	30
Хлеб Дарницкий	25	35
Калорийность:	585,6	740,5
Полдник		
Запеканка из творога со сгущенным молоком	50 / 20	100 / 30
Чай с сахаром	150	200
Калорийность:	201,6	230,9
Калорийность всего*:	1070,3	1440,7
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	73	80

* 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 М.В. Ждамирова / Т.В. Ждамирова

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 137229390276579249501011284440209805858236050524

Владелец Зарубина Наталья Сергеевна

Действителен с 17.08.2026 по 17.08.2027