



Утверждаю:
Заведующий МБДОУ № 12
 Н.С. Зарубина

Меню на 31.08.2026 г.

Название блюда	Выход, г	
	от 2 - 3 лет	от 3 - 7 лет
Завтрак		
Каша гречневая рассыпчатая	150	200
Чай с сахаром	150	200
Батон с маслом	25 / 8	30 / 10
10.00		
Сок	100	100
Калорийность:	395,4	491,4
Обед		
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
Калорийность:	527,7	696
Полдник		
Печенье	50	50
Биойогурт	150	200
Калорийность:	251,5	277
Калорийность всего*:	1174,6	1464
Калорийность всего в % от суточной нормы**:	78,3	81,3

* 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  / 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