

« 11 » СЕНТЯБРЯ 2026 год

Приложение № 8 СанПиН 2.3/2.4.4282-26
Меню приготавливаемых блюд возрастная группа от 1,5 до 3 лет
по основному (организованному) меню

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетическая ценность	№ рецептур ы
		белки	жиры	углеводы		
1 неделя						
день 1						
Завтрак						
Каша рисовая молочная/безмолочная	150	3,76	7,00	22,96	134,18	81
Бутерброд с яйцом	42	3,80	3,80	10,20	88,80	59
Какао с молоком/чай	160	2,10	3,15	10,88	70,65	23
Всего завтрак	352	9,66	13,95	44,04	293,63	
II завтрак						
Сок фруктовый	170	0,00	0,00	28,05	73,10	338
Всего II завтрак	170	0,00	0,00	28,05	73,10	
Обед						
Салат из моркови	40	0,40	1,58	0,36	14,71	70
Суп геркулесовый	160	3,03	4,49	6,33	96,59	204
Котлета куриная/мясная	50	7,32	7,23	0,87	153,25	637
Тушеная капуста	110	0,00	4,69	15,04	138,89	337
Хлеб ржаной	40	2,64	0,32	19,92	81,60	65
Компот из изюма	150	0,00	0,00	6,72	27,68	314
Всего обед	550	13,39	18,32	49,24	512,72	
Полдник						
Бифидок	160	3,36	1,76	6,08	83,20	406
Булочка "Веснушка"	40	3,25	4,14	20,72	135,93	291
Всего полдник	200	6,61	5,90	26,80	219,13	
Ужин						
Яйцо вареное	20	2,40	2,20	0,14	31,40	424
Рыба, тушеная с овощами/Овощи тушёные с мясом(замена)	52	8,40	2,55	1,09	68,87	245
Картофельное пюре	120	0,34	4,34	39,84	110,39	696
Батон	38	2,66	0,00	20,90	95,00	18
Чай сладкий	160	0,00	0,00	5,94	23,94	943
Мармелад	10	0,00	0,00	9,12	36,40	59
Всего ужин	400	13,80	9,09	77,03	366,00	
Итого за день		43,46	47,26	225,15	1464,58	
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26 не менее	1500					
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26 не менее		42	47	203	1400	
плюс/минус 5%						