

« 16 » 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 блю да	пищевые вещества			энергети ч ценность	№ рецептур ы
		белки	жир ы	углевод ы		
1 неделя						
день 1						
Завтрак						
Каша геркулесовая молочная/без молока	150	4,07	5,30	20,70	120,78	76
Бутерброд с сыром	40	2,99	2,13	15,39	94,93	58
Какао с молоком/чай	160	2,10	3,36	10,14	76,80	23
Всего завтрак	350	9,16	10,7 9	46,23	292,51	
II завтрак						
Фрукты свежие - апельсин	140	0,00	0,00	26,60	72,80	847 6
Всего II завтрак	140	0,00	0,00	26,60	72,80	
Обед						
Салат из свеклы	40	0,04	1,58	0,06	20,38	68
Суп куриный с сухариками/мясной	160	3,76	2,10	10,83	114,60	201
Гуляш из сердца	50	7,33	6,13	1,49	91,07	591
Макароны отварные рассыпчатые	110	0,04	5,19	28,50	173,21	421
Хлеб ржаной	40	2,64	0,32	16,96	85,60	65
Компот из сухофруктов	150	0,00	0,00	6,72	27,68	311
Всего обед	550	13,80	15,3 2	64,56	512,54	
Полдник						
Снежок	160	3,36	1,76	6,08	44,80	406
Ватрушка с яблоком	40	3,25	6,49	24,31	174,37	294
Всего полдник	200	6,61	8,25	30,39	219,17	
Ужин						
Яйцо вареное	40	4,80	4,40	0,28	62,80	424
Котлета рыбная/мясная	50	6,82	2,34	5,14	65,92	255
Овощное рагу	120	0,08	7,15	4,69	123,34	321
Кисель	170	0,00	0,00	11,36	51,82	319
Батон	28	1,96	0,00	13,72	61,60	18
Всего ужин	408	13,66	13,8 9	35,19	365,48	
Итого за день		43,23	48,2 4	202,96	1462,49	
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%						