

« 15 » 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 ячневая молочная	150	3,66	5,10	22,10	113,40	78
Бутерброд с яйцом	52	4,10	3,40	15,85	107,80	59
Кофейный напиток с молоком	160	2,10	3,15	11,44	73,00	4
Всего завтрак	362	9,86	11,65	49,39	294,20	
II завтрак						
Сок фруктовый	170	0,00	0,00	28,05	73,10	332
Всего II завтрак	170	0,00	0,00	28,05	73,10	
Обед						
Салат из моркови	40	0,04	1,60	2,80	14,49	65
Суп вермишелевый	160	2,07	3,95	8,24	108,36	208
Тефтели мясные	50	7,64	4,99	5,70	124,81	286
Капуста тушеная	110	0,10	4,58	6,33	159,21	336
Хлеб ржаной	40	2,40	0,32	19,92	80,00	65
Компот из шиповника	150	0,00	0,00	6,72	27,14	309
Всего обед	550	12,25	15,43	49,70	514,01	
Полдник						
Бифидок	160	3,36	1,76	6,08	46,40	406
Печенье творожное	40	5,75	11,66	24,17	173,21	278
Всего полдник	260	9,11	13,42	30,25	219,61	
Ужин						
Зеленый горошек	40	0,80	0,00	5,20	28,00	66
Яйцо вареное	20	2,40	2,20	0,14	31,40	424
Рыба отварная кусочком/Котлета мясная(замена)	60	7,00	2,00	1,11	75,58	244
Картофельное пюре	110	0,30	2,65	17,83	132,15	317
Батон	28	1,96	0,00	14,64	71,12	18
Чай с лимоном	150	0,00	0,00	7,35	28,53	301
Всего ужин	408	12,46	6,85	46,28	366,78	
Итого за день		43,68	47,34	203,67	1467,70	
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%						