

« 22» 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/без молока	150	3,61	5,10	20,70	116,80	78
Бутерброд с сыром	40,6	3,03	2,13	15,68	95,97	58
Какао с молоком/чай	160	2,10	3,15	10,14	76,44	23
Всего завтрак	350,6	8,74	10,38	46,52	289,21	
II завтрак						
Фрукты свежие - Бананы	60	0,00	0,00	30,40	72,00	847 г
Всего II завтрак	160	0,00	0,00	30,40	72,00	
Обед						
Салат из капусты с перцем	40	0,02	1,58	0,71	24,03	23
Суп гороховый с сухариками	160	4,15	4,52	15,01	132,31	206
Котлета рыбная/ мясная	50	6,32	4,62	4,37	102,39	256
Картофельное пюре	110	0,44	2,96	18,73	127,89	694
Хлеб ржаной	40	2,40	0,24	17,60	76,00	65
Компот из смеси сухофруктов	150	0,00	0,00	6,72	27,68	310
Сухарики	7	0,49	0,00	3,50	15,75	18
Всего обед	557	13,81	13,91	66,64	506,04	
Полдник						
Снежок	160	3,36	1,76	6,08	48,00	406
Печенье домашнее	40	3,48	5,96	28,01	169,38	279
Всего полдник	200	6,84	7,72	34,09	217,38	
Ужин						
Салат морковный	40	0,40	1,58	0,28	27,58	70
Пудинг творожный/тефтелька с гречей (замена)	150	12,78	13,15	14,74	249,92	236
Соус сметанный	30	0,40	1,87	1,98	29,70	354
Кисель	180	0,00	0,00	11,36	54,57	318
Всего ужин	400	13,58	16,60	28,36	361,77	
Итого за день	1667,6	42,97	48,61	206,02	1446,40	
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%						