

« 21» 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			энергетич ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
1 неделя						
день 1						
Завтрак						
Макароны с тертым сыром	150	3,56	4,75	28,90	109,04	252
Бутерброд с яйцом	52	4,50	3,60	16,49	107,04	59
Кофейный напиток с молоком/чай	160	2,94	3,15	10,88	71,19	4
Всего завтрак	362	11,00	11,50	56,26	287,27	
II завтрак						
Сок фруктовый	100	0,00	0,00	28,05	71,40	335
Всего II завтрак	170	0,00	0,00	28,05	71,40	
Обед						
Огурец солёный	40	0,28	1,58	0,40	20,38	69
Суп с мясными фрикадельками	160	4,52	6,39	7,10	101,35	209
Голубцы ленивые	150	8,78	12,38	12,34	252,55	244
Хлеб ржаной	40	2,64	0,32	19,92	76,00	65
Батон	10	0,70	0,00	5,50	22,00	18
Компот из кураги	150	0,00	0,00	6,72	27,68	312
Всего обед	550	16,92	20,67	51,98	499,96	
Полдник						
Бифидок	160	3,36	1,76	6,08	44,80	406
Плюшка домашняя	40	3,25	6,91	25,32	170,04	294
Всего полдник	200	6,61	8,67	31,40	214,84	
Ужин						
Суфле из мяса(оленина)	50	6,66	4,17	6,85	125,75	286
Картофель тушеный с овощами	150	0,50	2,67	16,92	147,97	693
Кисель	180	0,00	0,00	11,36	55,00	317
Вафли	20	0,40	0,20	0,60	28,20	60
Всего ужин	400	7,56	7,03	35,72	356,92	
Итого за день	1682	42,09	47,87	203,41	1430,39	
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%						