

« 23» СЕНТЯБРЯ 2026 год

Приложение № 8 СанПиН 2.3/2.4.4282-26
 Меню приготавливаемых блюд возрастная группа от 3 до 7 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 манная молочная/без молока	180	4,54	5,98	23,04	143,11	79
Бутерброд с яйцом	57	4,85	3,84	17,17	127,91	59
Кофейный напиток с молоком/чай	180	2,20	3,52	12,32	89,12	4
Всего завтрак	417	11,59	13,34	52,53	360,14	
II завтрак						
Сок фруктовый	100	0,00	0,00	33,00	89,60	337
Всего II завтрак	200	0,00	0,00	33,00	89,60	
Обед						
Салат из помидоров	50	0,35	1,98	0,50	25,20	71
Борщ со сметаной/без сметаны	180	4,90	2,37	6,45	84,44	170
Суфле из мяса(оленина)	70	8,21	6,55	7,32	174,76	286
Соус сметанный	20	0,70	2,89	1,29	33,95	8
Картофельно-морковное пюре	140	0,84	4,86	24,16	175,35	284
Хлеб ржаной	50	3,30	0,40	21,20	102,00	65
Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	8,87	36,44	313
			19,05			
Всего обед	690	18,30		69,78	632,14	
Полдник						
Бифидок	200	4,20	2,20	7,60	72,00	406
Рогалик с вареньем	50	3,70	7,16	33,19	198,14	249
Всего полдник	250	7,90	9,36	40,79	270,14	
Ужин						
Кукуруза консервированная	50	1,00	0,00	2,00	13,50	64
Биточки рисово-творожные/Рис с мясом(замена)	180	13,08	16,80	34,90	260,69	463
Молоко сгущенное	25	1,75	2,00	14,00	78,75	281
Чай с лимоном	180	0,00	0,00	8,70	34,32	107
Батон	25	1,75	0,00	13,75	62,50	18
Всего ужин	460	17,58	18,80	73,34	449,75	
Итого за день	2017	55,37	60,54	269,44	1801,77	
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26 не менее	1800					
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26 не менее		54	60	261	1880	
плюс/минус 5%						