Утверждаю
Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко»

« 1 » ОКТЯБРЯ 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						
Каша пшенная молочная/без молока	**150**	4,07	5,10	19,78	111,18	77
Бутерброд с яйцом	**52**	4,50	3,60	15,76	107,10	59
Кофейный напиток с молоком/чай	**160**	2,10	3,15	10,14	69,45	4
Всего завтрак	362	10,67	11,85	45,68	287,73	
II завтрак						
Сок фруктовый	**170**	0,00	0,00	28,05	71,40	334
Всего II завтрак	170	0,00	0,00	28,05	71,40	
Обед						
Салат из свежих огурцов	**40**	0,28	1,44	0,04	20,38	69
Щи со сметаной/без сметаны на м/бульоне	**160**	0,86	1,01	9,92	61,32	187
Жаркое по-домашнему	**160**	8,09	10,76	22,92	274,65	153
Сухарики	14	0,98	0,00	6,86	35,56	18
Хлеб ржаной	**40**	2,64	0,28	16,96	85,60	65
Компот из кураги	**150**	0,00	0,00	6,72	27,68	312
Всего обед	564	12,85	13,48	63,42	505,20	
Полдник						
Бифидок	**160**	3,36	1,76	6,08	78,40	406
Булочка "Веснушка"	**40**	3,25	4,12	20,72	137,19	269
Всего полдник	200	6,61	5,88	26,80	215,59	
Ужин						
Салат морковный	**40**	0,40	1,80	3,60	18,31	76
Запеканка рисовая с творогом/Котлета мясная с рисом(замена)	**160**	11,60	13,41	18,13	249,71	469
Соус молочный	**30**	0,50	1,45	1,86	28,64	350
Чай с лимоном	**160**	0,00	0,00	7,35	28,46	301
Мармелад	**10**	0,20	0,00	8,36	35,00	59
Всего ужин	400	12,70	16,66	39,30	360,12	
Итого за день	1696	42,82	47,87	203,25	1440,04	
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26не менее	1500					
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26не менее		42	47	203	1400	
плюс/минус 5%						