Утверждаю
Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко»

« 6 » 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 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						
Бананы	**160**	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 2.3/2.4.4282-26не менее	1500					
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26не менее		42	47	203	1400	
плюс/минус 5%						