Утверждаю
Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко»

« 5 » 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						
Макароны с тертым сыром	**150**	3,56	4,75	28,90	109,04	252
Баранка, яйцо	**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	**170**	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
Сухарики	***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
Ватрушка с яблоком	**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
Печенье	**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%						