Утверждаю

Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко"

«12» октября 2026 год

Приложение № 8 СанПиН 2.3/2.4.4282-26 (для родителей у кухонного окна)
Меню приготавливаемых блюд возрастная группа от 3 до 7 лет
по основному (организованному меню

наименование блюда	вес блюда	пищевые вещества			энергетич ценность	№ рецептуры
		белки	жиры	углеводы		
1 неделя						
день 1						
Завтрак						
Каша гречневая молочная/без молока	**180**	4,72	5,76	26,82	180,52	
Баранка	**41,4**	3,16	2,52	16,33	102,92	
Чай с молоком/чай	**180**	2,20	3,30	12,32	93,72	
Всего завтрак	401,4	10,08	11,58	55,47	377,16	
II завтрак						
Мандарины	175,6	0,00	0,00	33,36	93,95	847 а
Всего II завтрак	175,6	0,00	0,00	33,36	93,95	
Обед						
Салат из свеклы	50	0,00	1,80	3,00	41,98	63
Рассольник со сметаной/без сметаны	180	4,91	7,84	11,36	129,18	197
Карт. запеканка с кур.мясом/оленина	180	12,79	14,41	16,76	320,01	626
Молочный соус	20	0,50	1,65	1,54	24,25	356
Хлеб ржаной	50	3,30	0,40	24,92	107,00	65
Компот из сухофруктов	180	0,00	0,00	8,87	36,44	310
Всего обед	**660**	21,50	26,11	66,44	658,85	
Полдник						
Снежок	200	4,20	2,20	8,20	87,20	406
батон	30	2,10	0,00	15,60	75,90	18
Печенье	40	2,00	1,60	30,00	119,20	62
Всего полдник	**270**	8,30	3,80	53,80	282,30	
Ужин						
Кукуруза консервированная	**50**	1,00	0,00	2,00	13,50	
Запеканка морковно-творожная/котлета мясная с гречей(замена)	**180**	11,24	18,00	29,69	292,76	
Соус сметанный	**30**	0,80	2,53	1,94	34,35	
Кисель	**180**	0,00	0,00	13,54	66,81	
Батон	**20**	2,00	0,20	12,80	62,20	
Всего ужин	460	15,04	20,73	59,97	469,62	
Итого за день		54,92	62,22	269,04	1881,88	
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%						