Утверждаю

Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко"

«16» 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 "Дружба" молочная/без молока	**150**	3,61	5,10	21,78	117,88	71
Бутерброд с сыром	**40,6**	2,89	3,53	14,73	105,13	58
Какао с молоком/чай	**160**	2,10	2,42	10,88	67,50	23
Всего завтрак	350,6	8,60	11,04	47,39	290,51	
II завтрак						
Сок фруктовый	100					
Фрукты свежие - Яблоки	**40**	0,00	0,00	26,60	72,10	847 в
Всего II завтрак	140	0,00	0,00	26,60	72,10	
Обед						
Салат из свежих помидоров	**40**	0,00	1,44	0,40	20,16	71
Свекольник со сметаной/без сметаны	**160**	2,40	4,28	10,44	93,22	65
Сухарики	**10**	0,70	0,00	5,50	25,00	18
Котлета мясная	**50**	7,36	7,17	4,33	124,48	608
Соус красный основной	**30**	0,00	0,70	0,90	12,13	7
Картофельное пюре	110	0,17	2,71	21,51	124,40	694
Хлеб ржаной	**40**	2,40	0,24	20,76	81,60	65
Компот из изюма	**150**	0,00	0,00	6,72	27,68	314
Всего обед	590	13,03	16,54	70,56	508,67	
Полдник						
Снежок	**160**	3,36	1,76	6,08	57,60	406
Ватрушка с вареньем	**40**	3,25	6,31	26,43	159,79	250
Всего полдник	200	6,61	8,07	32,51	217,39	
Ужин						
Икра кабачковая	**40**	0,00	0,04	0,32	48,80	68
Рыба под овощами/Овощи тушёные с мясом (замена)	**50**	6,00	2,05	1,06	66,59	245
Омлет	**130**	7,60	10,78	3,74	153,09	438
Батон	**20**	1,40	0,00	9,80	42,40	18
Напиток ягодный	**160**	0,00	0,00	11,36	52,90	316
Всего ужин	400	15,00	12,87	26,28	363,78	
Итого за день	1680,6	43,24	48,51	203,34	1452,45	
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%						