**Утверждаю**
**Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР**
**«Детский сад «Солнышко»**

« 19 » 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 |
| Бутерброд с яйцом | **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 | | | | | | |
| Яблоки | 70 | | | | | |
| Сок фруктовый | **100** | 0,00 | 0,00 | 28,05 | 71,40 | 335 |
| | | | | | | |
| Всего II завтрак | 170 | 0,00 | 0,00 | 28,05 | 71,40 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат "Огуречик" | **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 | **160** | 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 сухофруктов | **150** | 0,00 | 0,00 | 6,72 | 27,68 | 312 |
| | | | | | | |
| Всего обед | 560 | 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 сердца | ***60*** | 6,66 | 4,17 | 6,85 | 125,75 | 286 |
| Картофель тушеный с овощами | ***120*** | 0,50 | 2,67 | 16,92 | 147,97 | 693 |
| Кисель | ***180*** | 0,00 | 0,00 | 11,36 | 55,00 | 317 |
| Вафли | **20** | 0,40 | 0,20 | 0,60 | 28,20 | 60 |
| Батон | 20 | 7,56 | 7,03 | 35,72 | 356,92 | 18 |
| | | | | | | |
| Всего ужин | 400 | | | | | |
| Итого за день | 1692 | 15,12 | 14,07 | 71,45 | 713,84 | |
| Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26 не менее | 1500 | 49,65 | 54,91 | 239,13 | 1787,31 | |
| Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26 не менее | | | | | | |
| плюс/минус 5% | | 42 | 47 | 203 | 1400 | |