Утверждаю
Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко»

« 22» 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 кукурузная молочная/без молока	**150**	3,32	4,40	19,18	108,48	80
Бутерброд с сыром	**43,6**	3,24	2,13	17,15	109,77	58
Чай с молоком/чай	**160**	2,10	3,15	10,14	75,39	113
Всего завтрак	353,6	8,66	9,68	46,47	293,64	
II завтрак						
Фрукты свежие - яблоки	**160**	0,00	0,00	30,40	73,60	847 д
Всего II завтрак	160	0,00	0,00	30,40	73,60	
Обед						
Салат из свеклы	**40**	0,00	1,58	2,40	33,36	63
Суп рыбный /мясной	**160**	4,63	3,50	0,59	79,79	73
Бигос	**160**	8,03	9,52	9,89	259,86	255
Яйцо вареное	**20**	2,40	2,20	0,14	31,40	65
Хлеб ржаной	**40**	2,64	0,32	19,20	81,60	65
Компот из кураги	**150**	0,00	0,00	6,72	27,68	312
Всего обед	570	17,70	17,12	38,94	513,69	
Полдник						
Снежок	**160**	3,36	1,76	6,08	45,76	406
Печенье творожное	**40**	5,55	8,71	24,09	174,15	290
Всего полдник	200	8,91	10,47	30,17	219,91	
Ужин						
Огурец свежий	**40**	0,06	1,98	1,56	33,72	24
Тефтелька из сердца в соусе	**50**	5,70	5,74	4,79	81,14	284
Соус томатный	**20**	0,10	0,14	0,92	8,85	9
Картофель отварной в молоке	**120**	0,34	3,41	15,68	124,40	692
Напиток ягодный	**150**	0,00	0,00	0,00	0,00	339
Батон	**20**	1,40	0,00	11,00	50,00	18
Всего ужин	400	7,60	11,27	33,95	298,11	
Итого за день	1683,6	42,87	48,54	179,92	1398,95	
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%						