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

« 29 » 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 пшенная молочная/без молока | **150** | 4,07 | 5,10 | 19,78 | 111,18 | 77 |
| Бутерброд с яйцом | **52** | 4,50 | 3,60 | 15,76 | 107,10 | 59 |
| Кофейный напиток с молоком/чай | **160** | 2,10 | 3,15 | 10,14 | 69,45 | 4 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Всего завтрак | 362 | 10,67 | 11,85 | 45,68 | 287,73 | |
| II завтрак | | | | | | |
| | | | | | | |
| Сок фруктовый | **170** | 0,00 | 0,00 | 28,05 | 71,40 | 334 |
| | | | | | | |
| Всего II завтрак | 170 | 0,00 | 0,00 | 28,05 | 71,40 | |
| Обед | | | | | | |
| Свежий огурец | **40** | 0,28 | 1,44 | 0,04 | 20,38 | 69 |
| Щи со сметаной на м/бульоне | **160** | 0,86 | 1,01 | 9,92 | 61,32 | 187 |
| Жаркое по-домашнему | **160** | 8,09 | 10,76 | 22,92 | 274,65 | 153 |
| Сухарики | 14 | 0,98 | 0,00 | 6,86 | 35,56 | 18 |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,28 | 16,96 | 85,60 | 65 |
| Компот из сухофруктов | **150** | 0,00 | 0,00 | 6,72 | 27,68 | 312 |
| | | | | | | |
| Всего обед | 564 | 12,85 | 13,48 | 63,42 | 505,20 | |
| Полдник | | | | | | |
| Бифидок | **160** | 3,36 | 1,76 | 6,08 | 78,40 | 406 |
| Булочка "Веснушка" | **40** | 3,25 | 4,12 | 20,72 | 137,19 | 269 |
| | | | | | | |
| Всего полдник | 200 | 6,61 | 5,88 | 26,80 | 215,59 | |
| Ужин | | | | | | |
| Салат морковный | **40** | 0,40 | 1,80 | 3,60 | 18,31 | 76 |
| Запеканка рисовая с творогом/Ёжики мясные в соусе(замена) | **160** | 11,60 | 13,41 | 18,13 | 249,71 | 469 |
| Соус молочный | **30** | 0,50 | 1,45 | 1,86 | 28,64 | 350 |
| Чай с лимоном | **160** | 0,00 | 0,00 | 7,35 | 28,46 | 301 |
| Мармелад | **10** | 0,20 | 0,00 | 8,36 | 35,00 | 59 |
| | | | | | | |
| Всего ужин | 400 | 12,70 | 16,66 | 39,30 | 360,12 | |
| Итого за день | 1696 | 42,82 | 47,87 | 203,25 | 1440,04 | |
| 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% | | | | | | |