Утверждаю
Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко»

« 11» НОЯБРЯ 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 геркулесовая молочная/без молока	150	4,07	5,30	20,70	120,78	76
Бутерброд с сыром	40	2,99	2,13	15,39	94,93	58
Какао с молоком/ чай	160	2,10	3,36	10,14	76,80	23
Всего завтрак	350	9,16	10,79	46,23	292,51	
II завтрак						
Бананы	**140**	0,00	0,00	26,60	72,80	847 б
Всего II завтрак	140	0,00	0,00	26,60	72,80	
Обед						
Салат из свёклы	**40**	0,04	1,58	0,06	20,38	68
Суп куриный с сухариками	**160**	3,76	2,10	10,83	114,60	201
Гуляш из сердца	**50**	7,33	6,13	1,49	91,07	591
Макароны отварные рассыпчатые	**110**	0,04	5,19	28,50	173,21	421
Хлеб ржаной	**40**	2,64	0,32	16,96	85,60	65
Компот из сухофруктов	**150**	0,00	0,00	6,72	27,68	311
Всего обед	550	13,80	15,32	64,56	512,54	
Полдник						
Снежок	**160**	3,36	1,76	6,08	44,80	406
Ватрушка с вареньем	**40**	3,25	6,49	24,31	174,37	294
Всего полдник	200	6,61	8,25	30,39	219,17	
Ужин						
Яйцо вареное	**40**	4,80	4,40	0,28	62,80	424
Котлета рыбная/мясная	**50**	6,82	2,34	5,14	65,92	255
Овощное рагу	**120**	0,08	7,15	4,69	123,34	321
Кисель	**170**	0,00	0,00	11,36	51,82	319
Батон	**28**	1,96	0,00	13,72	61,60	18
Всего ужин	408	13,66	13,89	35,19	365,48	
Итого за день		43,23	48,24	202,96	1462,49	
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26не менее	1500					
Норма по СанПиН 2.3/2.4.4282-26не менее		42	47	203	1400	
плюс/минус 5%						