Утверждаю
Заведующий ГБДОУ НАО ЦРР
«Детский сад «Солнышко»

« 10 » 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 ячневая молочная/без молока	**150**	*3,66*	*5,10*	*22,10*	*113,40*	78
Бутерброд с яйцом	**52**	4,10	3,40	15,85	107,80	59
Кофейный напиток с молоком/чай	**160**	2,10	3,15	11,44	73,00	4
Всего завтрак	362	9,86	11,65	49,39	294,20	
II завтрак						
Сок фруктовый	**170**	0,00	0,00	28,05	73,10	332
Всего II завтрак	170	0,00	0,00	28,05	73,10	
Обед						
Салат из моркови	**40**	0,04	1,60	2,80	14,49	65
Суп вермишелевый	**160**	2,07	3,95	8,24	108,36	208
Тефтели мясные	**50**	7,64	4,99	5,70	124,81	286
Капуста тушеная	**110**	0,10	4,58	6,33	159,21	336
Хлеб ржаной	**40**	2,40	0,32	19,92	80,00	65
Компот из шиповника	**150**	0,00	0,00	6,72	27,14	309
Всего обед	550	12,25	15,43	49,70	514,01	
Полдник						
Бифидок	**160**	3,36	1,76	6,08	46,40	406
Печенье творожное	**40**	5,75	11,66	24,17	173,21	278
Всего полдник	260	9,11	13,42	30,25	219,61	
Ужин						
Зеленый горошек	**40**	0,80	0,00	5,20	28,00	66
Яйцо вареное	**20**	2,40	2,20	0,14	31,40	424
Рыба отварная кусочком/Гуляш (замена)	**60**	7,00	2,00	1,11	75,58	244
Картофельное пюре	**110**	0,30	2,65	17,83	132,15	317
Батон	**28**	1,96	0,00	14,64	71,12	18
Чай с лимоном	**150**	0,00	0,00	7,35	28,53	301
Всего ужин	408	12,46	6,85	46,28	366,78	
Итого за день		43,68	47,34	203,67	1467,70	
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%						