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

« 6 » 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 рисовая молочная/без молока | **150** | 3,76 | 7,00 | 22,96 | 134,18 | 81 |
| Бутерброд с яйцом | **42** | 3,80 | 3,80 | 10,20 | 88,80 | 59 |
| Какао с молоком /чай | **160** | 2,10 | 3,15 | 10,88 | 70,65 | 23 |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| | | | | | | |
| Всего завтрак | 352 | 9,66 | 13,95 | 44,04 | 293,63 | |
| II завтрак | | | | | | |
| | | | | | | |
| Сок фруктовый | **170** | 0,00 | 0,00 | 28,05 | 73,10 | 338 |
| | | | | | | |
| Всего II завтрак | 170 | 0,00 | 0,00 | 28,05 | 73,10 | |
| Обед | | | | | | |
| Салат из моркови | **40** | 0,40 | 1,58 | 0,36 | 14,71 | 70 |
| Суп геркулесовый | **160** | 3,03 | 4,49 | 6,33 | 96,59 | 204 |
| Котлета куриная/мясная | **50** | 7,32 | 7,23 | 0,87 | 153,25 | 637 |
| Тушеная капуста | **110** | 0,00 | 4,69 | 15,04 | 138,89 | 337 |
| Хлеб ржаной | **40** | 2,64 | 0,32 | 19,92 | 81,60 | 65 |
| Компот из изюма | **150** | 0,00 | 0,00 | 6,72 | 27,68 | 314 |
| | | | | | | |
| Всего обед | 550 | 13,39 | 18,32 | 49,24 | 512,72 | |
| Полдник | | | | | | |
| Бифидок | **160** | 3,36 | 1,76 | 6,08 | 83,20 | 406 |
| Плюшка домашняя | **40** | 3,25 | 4,14 | 20,72 | 135,93 | 291 |
| | | | | | | |
| Всего полдник | 200 | 6,61 | 5,90 | 26,80 | 219,13 | |
| Ужин | | | | | | |
| Яйцо вареное | **20** | 2,40 | 2,20 | 0,14 | 31,40 | 424 |
| Рыба, тушеная с овощами/Овощи тушёные с мясом(замена) | **52** | 8,40 | 2,55 | 1,09 | 68,87 | 245 |
| Картофельное пюре | **120** | 0,34 | 4,34 | 39,84 | 110,39 | 696 |
| Батон | **38** | 2,66 | 0,00 | 20,90 | 95,00 | 18 |
| Чай сладкий | **160** | 0,00 | 0,00 | 5,94 | 23,94 | 943 |
| Мармелад | **10** | 0,00 | 0,00 | 9,12 | 36,40 | 59 |
| Всего ужин | 400 | 13,80 | 9,09 | 77,03 | 366,00 | |
| Итого за день | | 43,46 | 47,26 | 225,15 | 1464,58 | |
| 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% | | | | | | |