

УТВЕРЖДАЮ

ЗАВЕДУЮЩИЙ

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД № 12 "СВЕТЛЯЧОК"

С. Н. ГОРЮНОВА

Приказ № 88 - ОД от 21.06. 2026 г.

Примерное 10-дневное меню с информацией о биологической ценности
для организации питания воспитанников МБДОУ города Зверев

Настоящее примерное 10-дневное меню разработано в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 02 июня 2026 года N 18 Об утверждении СанПиН 2.3/2.4.4292-26 (Зарегистрировано в Министерстве юстиции Российской Федерации 02 июня 2026 года, регистрационный N 86854)

При формировании данного меню учтены среднесуточные наборы пищевой продукции для детей до 7-ми лет, форма составления примерного меню приготавливаемых блюд, среднесуточные наборы пищевой продукции, в том числе, используемые для приготовления блюд и напитков, для детей до 7-ми лет с учетом их возраста, массы порций блюд (в граммах) для воспитанников возрастной группы

от 1 года до 3 лет (уплотненный полдник)

ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

г. Зверев

2026 - 2027 год

МБДОУ детский сад № 12 "Светлячок"

Приложение 8 к СанПиН 2.3/2.4.4282-26

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: ДОУ ЗВЕРЕВО сад 1-3 лет РОО

Неделя: 1 День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углево		
Завтрак	Каша вязкая молочная пшеничная	130	4,69	6,57	24,41	178,68	54-6к-2020
	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,46	37,89	392
	Бутерброд с повидлом	40	2,00	3,14	23,90	128,80	2
	Итого за Завтрак	350	6,75	9,73	57,77	345,37	
	Завтрак 2-й						
Обед	Банан	100	1,48	0,49	10,30	85,00	368
	Итого за Завтрак 2-й	100	1,48	0,49	10,30	85,00	
	Суп - лапша домашняя	150	1,32	3,04	7,16	61,35	86
	Птица отварная	50	7,42	5,55	0,05	103,33	300
	Пюре картофельное с морковью	110	2,32	3,76	14,68	101,93	322
	Компот из сухофруктов	150	0,91	0,01	25,65	102,31	375
	Хлеб пшеничный	20	1,26	0,20	11,48	39,60	1
	Хлеб ржаной	40	2,74	0,40	14,97	79,20	1
	Итого за Обед	520	15,97	12,96	73,99	487,72	
	Уплотненный полдник						
	Омлет с сыром	130	12,13	18,46	4,95	273,69	54-4о-2020
	Кондитерские изделия (печенье)	25	1,83	3,00	21,30	88,95	карта 145
	Хлеб пшеничный	20	1,27	0,20	11,48	39,60	1
	Сок яблочный	150	0,00	0,00	15,00	67,50	399
	Итого уплотненный полдник	325	15,23	21,66	52,73	469,74	
	Итого за день	1295	39,43	44,835	194,79	1387,83	