Утверждаю
Директор МБОУ СОШ №2 г. Татарска
_____ Т.А. Дурнова

II неделя 05.10.2026г. Понедельник

Возрастная категория: 1,6-3 года/3-7 лет

Завтрак

№ рецептуры	Наименование	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)
54-27к	Каша жидкая молочная манная	130/150	3.47/4.02	3.73/4.31	16.44/18.97	113.2/130.6
54-21гн	Какао с молоком	150/180	2.55/3.07	1.95/2.34	8.26/9.9	60.8/73
Пром.	Батон	20/30	20/30	1,6/2,4	0,2/0,3	9,82/14,73
54-1з	Сыр тв.сортов в наре.	10/15	2,32/3,48	2,95/4,43	0,00/0,00	35,8/53,7
	Итого за завтрак:	**310/375**	**10,62/13,61**	**8,87/11,4**	**39,46/48,55**	**280,1/351,1**
	Второй завтрак					
12	Сок	100/100	0,5	0,1	10,1	43,3
	Обед					
54-14з	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30/50	0.53/0.88	1.62/2.7	4.99/8.31	36.7/61.1
54-6с	Суп картофельный с клёцками	150/180	3.30/4.15	2.45/2.92	8.56/9.73	70.2/84.1
54-8г	Капуста тушёная	50/70	2.74/3.23	3.35/3.96	11.28/13.33	86.3/102.1
54-30м	Курица тушёная с морковью	110/130	7.07/9.88	2.9/4.04	2.22/3.11	63.1/88.4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	150/180	0,35/0,42	0,00/0,00	14.84/17.8	60.8/72.9
Пром	Хлеб ржаной Хлеб пшенич.	34/42 21/28	2,24/2,77 1,60/2,13	0,41/0,50 0,17/0,22	11,36/14,03 10,33/13,78	58,01/71,7 49,2/65,6
	Итого за обед:	**545/683**	**17,98/23,46**	**10,9/14,14**	**63,58/80,63**	**424,4/461,8**
	Полдник					
54-21к	Каша жидкая молочная рисовая	110/130	2,9/3,43	2,98/3,53	15,77/18,63	101,5/120
54-16в	Шанежка с яблоками	50/70	2.61/3.63	1.6/2.32	21.05/29.46	108.1/151.3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	150/180	0.03/0.13	0,02/0,02	4.93/5.92	20.4/24.5
	Итого за полдник:	**310/380**	**5,54/7,19**	**4,6/5,87**	**41,75/54,01**	**230/295,8**