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

**II неделя 02.11.2026г. Понедельник**

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

| № рецептуры | Наименование | Вес блюда | Белки | Жиры | Углеводы | Энергетическая ценность (ккал.) |
|---|---|---|---|---|---|---|
| **Завтрак** | | | | | | |
| 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<br>Хлеб пшенич. | 34/42<br>21/28 | 2,24/2,77<br>1,60/2,13 | 0,41/0,50<br>0,17/0,22 | 11,36/14,03<br>10,33/13,78 | 58,01/71,7<br>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** |