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

I неделя 29.09.2026г. **Вторник**

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
Пром.	Батон	20/30	20/30	1,6/2,4	0,2/0,3	9,82/14,73
54-1з	Сыр	10/10	2.32/3.48	2.95/4.43	0/0	35.8/53.7
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	150/180	2.38/2.86	1.85/2.22	8.19/9.82	58.9/70.8
Итого за завтрак:		**310/370**	**10,45/13,4**	**8,77/11,28**	**39.39/48.47**	**278.2/348.9**
Второй завтрак						
12	Сок	100/100	0,5	0,1	10,1	43,3
Обед						
54-34з	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	30/50	0.81/1.35	2.15/3.57	2.88/4.79	34.1/56.7
54-3с	Рассольник Ленинградский	150/180	3.56/4.28	4.34/5.19	10.23/12.27	94/113
54-10м	Капуста тушенная с мясом	110/130	12.12/14.33	12.12/14.34	7.62/9.02	188.2/222.5
54-21 хн	Кисель	150/180	0.1/0.13	0.07/0.08	11.13/13.35	45.5/54.7
Пром.	Хлеб ржаной	34/42	2.24/2.77	0.41/0.5	11.36/14.03	58.1/71.7
Пром.	Хлеб пшеничный	21/28	1.6/2.13	0.17/0.22	10.33/13.78	49.2/65.6
Итого за обед:		**495/610**	**20,44/24,99**	**19,26/23,9**	**53,55/67,24**	**469,1/584,2**
Полдник						
54-6т	Сырники	50/70	9.83/13.76	2.89/4.05	10.34/14.47	106.7/149.3
54-1гн	Чай без сахара	150/180	0.07/0.08	0.02/0.02	0.02/0.03	0.02/0.06
Пром.	Сгущеное молоко	10/10	0.72/0.72	0.85/0.85	5.55/5.55	32.7/32.7
338	Фрукты	100/100	0,75/0,75	0,18/0,18	6,83/6,83	31,89/31,89
Итого за полдник:		**310/360**	**8,48/12,02**	**3,94/5,10**	**22,73/26.88**	**171,79/214,49**