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

I неделя **16.10.2026г.** **Пятница**

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

Завтрак

№ рецептуры	Наименование	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)
54-23к	Каша жидкая молочная пшеничная	130/150	4.48/5.17	3.77/4.36	20.86/24.06	135.4/156.2
Пром.	Батон	20/30	20/30	1,6/2,4	0,2/0,3	9,82/14,73
Пром.	Повидло	10/10	0.04/0.04	0/0	6.5/6.5	26.2/26.2
54-1гн	Чай без сахара	150/180	0.07/0.08	0.02/0.02	0.02/0.03	0.5/0.6
	Итого за завтрак:	**310/380**	**6,87/8,33**	**4,03/4,7**	**42,14/50,27**	**232,4/276,8**
Второй завтрак						
Пром.	Сок	100/100	0,5	0,1	10,1	43,3
Обед						
54-12з	Винегрет с растит. маслом	30/50	0.35/0.59	2.68/4.47	2.01/3.33	33.5/56
54-17с	Суп из овощей	150/180	1.05/1.27	1.47/1.75	6.07/7.29	41.7/49.9
54-1г	Макароны отварные	110/130	3.91/4.61	3.61/4.27	24.05/28.43	144.3/170.6
54-35м	Оладьи по-кунцевски	50/70	8.71/12.2	5.67/7.95	7.8/10.92	117.2/164
54/3соус	Соус красный основной	20/20	0.69/0.69	0.49/0.49	2.03/2.03	15.4/15.4
54-2хн	Компот из кураги	150/180	0.73/0.88	0.04/0.05	11.73/14.07	50.2/60.3
Пром.	Хлеб ржаной	34/42	2.24/2.77	0.41/0.5	11.36/14.03	58.1/71.7
	Итого за обед:	**544/672**	**17.68/17.92**	**11.69/16.16**	**63.04/66.37**	**96.54/482.9**
Полдник						
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	130/150	3.82/4.41	3.77/4.36	21.45/24.74	135.1/155.8
54-4гн	Чай с сахаром	150/180	1.09/1.31	0.85/1.01	6.43/7.72	37.7/45.2
Пром.	Хлеб пшеничный	21/28	1.6/2.13	0.17/0.22	10.33/13.78	49.2/65.6
	Итого за полдник:	**301/358**	**5,49/6,62**	**3,96/4,6**	**36,57/46,24**	**203,9/244,9**