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

II неделя 06.10.2026г. Вторник

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

Завтрак

№ рецептуры	Наименование	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)
54-19к	Суп молочный с макаронными изделиями	130/150	3.57/4.11	2.95/3.41	11.6/13.4	87.3/100.16
54-4гн	Чай с сахаром	150/180	0,07/0,08	0,02/0,02	4,79/5,75	19,6/23,5
Пром.	Батон	20/30	20/30	1,6/2,4	0,2/0,3	9,82/14,73
54-19з	Масло сливочное	10/15	0,02/0,03	2,17/2,90	0,04/0,05	19,8/26,4
	Итого за завтрак:	**310/375**	**5,94/7,26**	**5,38/6,65**	**31,19/38,88**	**197/244,4**
	Второй завтрак					
12	Сок	100/100	0,5	0,1	10,1	43,3
	Обед					
23	Салат из картофеля с солёным огурцом	30/50	0,37/0,61	1,38/2,29	2,3/3,83	23/38,4
54-3с	Рассольник Ленинградский	150/180	3.49/4.28	4.34/5.19	10.23/12.27	94/112.91
54-11м	Плов с мясом птицы	110/130	8.43/9.97	8.11/9.58	21.28/25.16	191.8/226.8
54-2хн	Кисель	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	0,41/0,50	11,36/14,03	58,1/71,7
	Итого за обед:	**474/582**	**21.18/25.31**	**9.7/12.2**	**64.65/77.11**	**373.1/385.99**
	Полдник					
54-9г	Рагу из овощей	110/130	2.16/2.55	5.5/6.48	9.76/11.53	96.8/114.5
	Молоко (2,5%)	150/180	4.35/5.52	3.75/4.50	7.20/8.64	79.9/95.9
Пром	Хлеб пшеничный	21/28	1.6/2.13	0.17/0.22	10.33/13.78	49.2/65.6
Пром.	Кондитерские изделия (вафля)	20/25	0.56/0.70	0.66/0.82	15.46/19/32	70/87,5
	Итого за полдник:	**301/363**	**8,7/10,25**	**10,06/12,00**	**42,0/52,38**	**291,6/358,4**