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

I неделя 12.10.2026г. Понедельник

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

№ рецептуры	Наименование	Вес блюда	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность (ккал.)
Завтрак						
54-1к	Каша жидкая молочная кукурузная	130/150	3.82/4.41	3.77/4.36	21.45/24.74	135.1/155.8
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	0.02/0.06
	Итого за завтрак:	**310/370**	**6,21/7.6**	**4,03/4,7**	**42.73/50,95**	**232,1/275,8**
Второй завтрак						
12	Сок	100/100	0,5	0,1	10,1	43,3
Обед						
54-22з	Маринад овощной со свеклой	30/50	0.4/0.73	2.66/4.46	2.56/4.6	35.9/61.4
54-25с	Суп гороховый	150/180	4.89/5.87	2.09/2.49	11.15/13.39	83.1/99.5
54-10г	Картофель отварной в молоке	110/130	3.3/3.9	4.03/4.77	19.46/22.99	127.3/150.5
54-5м	Котлета из курицы	50/70	9.53/13.36	2.15/3.01	6.7/9.37	84.3/118.1
54-32хн	Компот из свежих яблок	150/180	0.11/0.14	0.11/0.13	7.45/8.93	31.2/37.4
Пром.	Хлеб ржаной	34/42	2.24/2.77	0.41/0.5	11.36/14.03	58.1/71.7
	Итого за обед:	**524/652**	**20,51/26,77**	**11,39/15,3**	**58,88/73,31**	**420.9/538,6**
Полдник						
54-16к	Каша вязкая из хлопьев овсяных «Геркулес»	130/150	134.5/155.1	134.8/155.2	3.24/3.75	3.83/4.41
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	15/20	1.14/1.52	0.12/0.16	7.38/9.84	35.2/46.9
Пром.	Кондитерское изделие	20/25	1.5/1.88	1.96/2.45	14.88/18.6	83.2/104
	Итого за полдник:	**315/375**	**8.02/9.61**	**9.38/11.04**	**52.1/58.48**	**308.97/371.67**