

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор

/Бугайчук И.А./

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, овсяные хлопья "геркулес", молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,16	3,51	14,76	107,85	0,44
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, какао тертое, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,85	2,85	12,29	86,99	0,48
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			332	9,08	12,42	39,40	306,84	0,92
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	120	3,38	2,91	4,66	61,69	0,34
Итого			120	3,38	2,91	4,66	61,69	0,34
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАММИ (рыбн.консервы в масле, сардины атлантич., картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	150	5,39	3,75	9,90	95,17	3,78
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (мука пшеничная высш.сорт, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное, говяжья печень, вода питьевая, * сметана 15% жирности, лук репчатый)	60/60	17,72	13,61	4,88	233,60	13,15
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	110	6,19	4,82	28,00	179,89	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,18	0,29	13,99	67,31	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,43	52,56	1,35
Итого			563	31,59	22,52	69,20	628,53	18,28
Полдник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт)	110	5,15	7,94	31,26	217,11	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	13	2,84	3,61	0,00	44,53	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,72	0,01
Итого			293	9,65	11,75	41,21	309,96	0,05
Всего				53,70	49,60	154,47	1 307,02	19,59

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"
/Бугайчук И.А./

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,97	4,21	17,86	129,98	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, какао тертое, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,42	3,42	14,76	104,41	0,58
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			397	10,86	13,74	47,42	358,29	1,10
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАММИ (рыбн.консервы в масле, сардины атлантич., картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	200	7,18	4,61	13,12	123,18	5,00
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, соль йодированная, вода питьевая)	130	7,33	5,59	33,17	212,01	0,00
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, лук репчатый)	70/70	18,97	14,34	4,87	246,64	14,11
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	180	0,14	0,05	14,98	63,38	1,64
Итого			690	36,27	24,94	83,10	726,79	20,75
Полдник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт)	130	6,05	8,86	36,75	251,09	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,39	4,31	0,00	53,11	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,97	0,02
Итого			350	11,52	13,42	49,19	364,67	0,06
Всего				62,59	55,50	185,14	1 521,72	22,30

Утверждаю

Директор
МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"
/Бугайчук И.А./

МЕНЮ

4 февраля 2026 г.
Сад 24 часа



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ (овсяные хлопья "геркулес", сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,98	4,22	17,34	127,98	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, какао тертов, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,35	3,41	15,05	105,21	0,57
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,08	6,62	0,08	59,85	0,00
Итого			398	10,81	14,55	47,20	364,44	1,09
II Завтрак								
2012	401	*СНЕЖОК (*снежок 2,5 % жирности)	140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Итого			140	3,94	3,40	5,43	71,97	0,39
Обед								
2012	87	*СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ (рыбн.консервы в масле, сардины атлантич., картофель, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	200	7,20	5,41	13,14	130,47	5,01
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, соль йодированная, вода питьевая)	130	7,28	5,10	32,93	206,49	0,00
2010	56	* ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, говяжья печень, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности, лук репчатый)	70/70	18,96	13,87	5,67	245,40	14,06
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	180	0,14	0,05	14,54	61,65	1,65
Итого			690	36,23	24,78	83,24	725,59	20,72
Полдник								
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт)	130	6,13	8,87	37,23	253,44	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,48	4,43	0,00	54,67	0,04
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	26	2,08	0,26	12,77	61,88	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			351	11,77	13,56	50,16	370,95	0,06
Ужин								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа манная, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,63	3,30	18,88	123,96	0,52
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
Итого			360	4,71	3,30	19,04	124,92	0,54
Всего				67,46	59,59	205,07	1 657,87	22,80