

Утверждаю

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

Директор



**МЕНЮ**  
6 мая 2026 г.

**Ясли 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,95	2,70	15,96	104,52	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,04	6,19	0,06	56,10	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,36	2,33	11,99	78,89	0,39
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>8,35</b>	<b>11,47</b>	<b>40,29</b>	<b>299,01</b>	<b>0,81</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	140	3,94	4,35	6,38	81,48	0,73
<b>Итого</b>			<b>140</b>	<b>3,94</b>	<b>4,35</b>	<b>6,38</b>	<b>81,48</b>	<b>0,73</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности)	150	1,45	3,75	9,69	78,69	4,00
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, соль йодированная, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности)	60	7,99	3,35	8,44	95,94	0,16
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,72	4,40	28,46	164,18	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,15	0,29	13,78	66,29	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	150	0,08	0,08	16,40	67,08	0,79
<b>Итого</b>			<b>503</b>	<b>14,39</b>	<b>11,87</b>	<b>76,77</b>	<b>472,18</b>	<b>4,95</b>
<b>Полдник</b>								
2010	69	* РАГУ С КУРОЙ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, *куриная грудка охлажденная)	180	11,03	14,69	25,71	280,27	18,89
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	150/7/3	0,08	0,00	7,47	30,61	0,49
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,71</b>	<b>14,89</b>	<b>43,00</b>	<b>358,48</b>	<b>19,38</b>
<b>Всего</b>				<b>39,39</b>	<b>42,58</b>	<b>166,44</b>	<b>1 211,15</b>	<b>25,87</b>

Утверждаю

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

Директор

**МЕНЮ**  
 6 мая 2026 г.  
 Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,75	3,24	18,81	124,15	0,50
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,81	0,06	52,70	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,48	90,85	0,47
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>9,96</b>	<b>12,14</b>	<b>47,08</b>	<b>339,10</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>4,50</b>	<b>4,97</b>	<b>7,29</b>	<b>93,12</b>	<b>0,83</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности)	200	2,03	5,61	13,50	113,22	5,37
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, соль йодированная, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности)	70	9,45	4,48	11,00	122,51	0,18
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,18	5,17	33,40	192,95	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	180	0,09	0,09	18,41	75,33	0,90
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>17,40</b>	<b>15,70</b>	<b>93,27</b>	<b>585,59</b>	<b>6,45</b>
<b>Полдник</b>								
2010	69	* РАГУ С КУРОЙ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, *куриная грудка охлажденная)	200	12,25	14,74	26,66	289,63	21,33
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/7/3	0,11	0,00	9,96	40,97	0,70
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,36</b>	<b>14,99</b>	<b>48,90</b>	<b>390,10</b>	<b>22,03</b>
<b>Всего</b>				<b>46,22</b>	<b>47,80</b>	<b>196,54</b>	<b>1 407,91</b>	<b>30,28</b>

Утверждаю

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

Директор



**МЕНЮ**  
6 мая 2026 г.  
Сад 24 часа

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,72	3,23	18,10	121,06	0,50
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,04	6,60	0,06	59,84	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,73	2,79	12,88	88,31	0,47
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>9,89</b>	<b>12,92</b>	<b>45,77</b>	<b>340,61</b>	<b>0,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,83
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>4,50</b>	<b>4,97</b>	<b>7,29</b>	<b>93,12</b>	<b>0,83</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	*РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (картофель, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности)	200	2,01	5,64	13,36	112,70	5,34
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, соль йодированная, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности)	70	9,56	4,96	11,30	128,41	0,18
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,12	5,25	32,74	190,62	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	180	0,09	0,09	17,66	72,34	0,92
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>17,43</b>	<b>16,29</b>	<b>92,02</b>	<b>585,65</b>	<b>6,44</b>
<b>Полдник</b>								
2010	69	* РАГУ С КУРОЙ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, капуста белокочанная, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, *куриная грудка охлажденная)	200	12,26	16,12	27,67	306,13	21,36
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	26	2,08	0,26	12,77	61,88	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/7/3	0,12	0,00	9,98	41,24	0,79
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>14,46</b>	<b>16,38</b>	<b>50,42</b>	<b>409,25</b>	<b>22,15</b>
<b>Ужин</b>								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,08	0,00	0,16	0,96	0,02
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа ячневая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,91	3,73	18,40	127,62	0,59
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>4,99</b>	<b>3,73</b>	<b>18,56</b>	<b>128,58</b>	<b>0,61</b>
<b>Всего</b>				<b>51,27</b>	<b>54,29</b>	<b>214,06</b>	<b>1 557,21</b>	<b>31,00</b>