

Утверждаю

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

**МЕНЮ**  
14 мая 2026 г.  
**Ясли 12 часов**



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (крупа рисовая, сахар песок, вода питьевая, пшено, молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная)	150	4,72	2,96	24,22	142,81	0,41
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,04	0,25	12,50	60,58	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	6,04	0,07	54,60	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,29	2,33	11,41	76,31	0,39
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>9,12</b>	<b>11,58</b>	<b>48,20</b>	<b>334,30</b>	<b>0,80</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,78
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,22</b>	<b>4,66</b>	<b>6,84</b>	<b>87,30</b>	<b>0,78</b>
<b>Обед</b>								
2012	67	* ШЦИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, * сметана 15% жирности)	150	1,32	3,82	5,77	63,39	7,54
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе)	80	8,47	4,02	1,42	75,97	0,67
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	130	2,73	4,69	18,53	127,47	9,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,17	0,29	13,87	66,75	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,12	0,05	12,27	52,04	1,39
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
<b>Итого</b>			<b>573</b>	<b>15,05</b>	<b>12,90</b>	<b>52,60</b>	<b>389,78</b>	<b>21,57</b>
<b>Полдник</b>								
2012	238	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (крупа манная, сахар песок, морковь, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, * творог 9,0% жирности, * сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	15,89	14,31	45,05	375,38	0,78
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	0,05	0,00	0,11	0,66	0,01
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>17,54</b>	<b>14,51</b>	<b>54,98</b>	<b>423,64</b>	<b>0,79</b>
<b>Всего</b>				<b>45,93</b>	<b>43,65</b>	<b>162,62</b>	<b>1 235,02</b>	<b>23,94</b>

Утверждаю

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

Директор

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



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, сахар песок)	180	5,63	3,53	29,48	172,77	0,49
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	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>10,87</b>	<b>12,43</b>	<b>57,76</b>	<b>387,52</b>	<b>0,96</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	67	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	1,74	5,53	7,62	87,91	10,00
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе)	80	8,47	4,40	1,42	79,35	0,68
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,14	5,33	21,34	146,40	10,38
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	14,89	63,03	1,64
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	35	0,28	0,04	0,88	4,90	3,50
<b>Итого</b>			<b>695</b>	<b>16,42</b>	<b>15,70</b>	<b>63,11</b>	<b>463,17</b>	<b>26,20</b>
<b>Полдник</b>								
2012	238	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (крупа манная, сахар песок, морковь, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, *творог 9,0% жирности, * сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	15,91	14,46	44,76	375,67	0,78
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,30	59,64	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>17,98</b>	<b>14,71</b>	<b>57,21</b>	<b>436,16</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>				<b>49,77</b>	<b>47,81</b>	<b>185,37</b>	<b>1 379,97</b>	<b>28,79</b>

Утверждаю

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

Директор

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



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (молоко пастер. 3,2% жирности, соль йодированная, крупа рисовая, пшено, вода питьевая, сахар песок)	180	5,73	3,55	30,49	177,45	0,48
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,52	0,07	49,88	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,86	2,79	15,52	99,35	0,47
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>11,06</b>	<b>12,16</b>	<b>60,81</b>	<b>398,08</b>	<b>0,95</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	67	* ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	1,82	4,86	7,90	83,42	10,27
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, рыба минтай филе)	80	8,46	3,73	1,34	72,94	0,65
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,17	6,56	21,35	157,55	10,36
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	0,13	0,05	13,85	58,71	1,57
2024	TK № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	36	0,29	0,04	0,91	5,10	3,64
<b>Итого</b>			<b>696</b>	<b>16,52</b>	<b>15,59</b>	<b>62,31</b>	<b>459,30</b>	<b>26,49</b>
<b>Полдник</b>								
2012	238	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ (крупа манная, сахар песок, морковь, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 3,2% жирности, масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, * творог 9,0% жирности, * сметана 15% жирности, молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	155	17,03	14,20	44,94	378,41	0,76
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	27	2,13	0,27	13,09	63,47	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
<b>Итого</b>			<b>362</b>	<b>19,23</b>	<b>14,47</b>	<b>58,17</b>	<b>442,69</b>	<b>0,77</b>
<b>Ужин</b>								
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (соль йодированная, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,51	3,69	20,38	137,31	0,50
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>5,58</b>	<b>3,69</b>	<b>20,52</b>	<b>138,12</b>	<b>0,51</b>
<b>Всего</b>				<b>56,89</b>	<b>50,88</b>	<b>209,10</b>	<b>1 531,31</b>	<b>29,55</b>