

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор
/Бугайчук И.А./



МЕНЮ
15 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		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа манная, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,60	3,31	19,04	124,46	0,53
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,73	2,95	14,13	94,59	0,51
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	8	0,07	6,22	0,07	56,18	0,00
Итого			398	9,80	12,78	47,97	346,63	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Итого			130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Обед								
2012	77	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	200	3,21	3,94	15,47	110,25	7,69
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, * свинина б/к)	180	18,06	40,05	24,74	212,15	20,29
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	19,04	77,76	0,88
Итого			600	24,01	44,43	76,21	481,74	28,86
Полдник								
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	65	6,07	6,82	30,44	206,89	0,02
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,68	6,69	18,96	159,93	0,75
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,05	0,00	0,11	0,60	0,01
Итого			425	11,80	13,51	49,51	367,42	0,78
Всего				46,13	71,24	186,41	1 256,81	43,66

Утверждаю

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



МЕНЮ
15 мая 2026 г.
Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,87	2,76	15,72	103,31	0,44
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,31	2,47	11,84	79,38	0,42
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	5,52	0,07	49,88	0,00
Итого			332	8,25	11,00	39,91	292,07	0,86
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Итого			130	0,52	0,52	12,72	61,02	12,98
Обед								
2012	77	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	150	2,30	2,65	11,64	79,81	5,77
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, * свинина б/к)	150	15,14	33,38	21,29	179,86	16,92
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	150	0,08	0,08	15,53	63,52	0,76
Итого			483	19,73	36,40	62,59	391,18	23,45
Полдник								
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	55	4,15	4,62	29,73	176,68	0,02
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,66	5,24	14,83	126,07	0,62
Итого			355	8,88	9,86	44,70	303,56	0,65
Всего				37,38	57,78	159,92	1 047,83	37,94

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
15 мая 2026 г.
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа манная, сахар песок, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,63	3,30	19,22	125,27	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,18	95,06	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,87	0,07	53,03	0,00
Итого			397	9,86	12,43	48,20	344,76	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,08	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,08	13,00
Обед								
2012	77	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, яйца куриные (шт.))	200	3,18	3,40	15,47	105,47	7,68
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (капуста белокочанная, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, * свинина б/к)	180	18,12	39,74	25,36	211,88	20,32
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	18,39	75,22	0,90
Итого			600	24,04	43,58	76,18	474,15	28,90
Полдник								
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, яйца куриные (шт.), дрожжи, соль йодированная, вода питьевая, масло сладко-сливочное несоленое, молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,68	4,20	29,89	172,06	0,02
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,63	6,17	17,95	151,08	0,75
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			410	9,38	10,37	47,99	324,00	0,79
Всего				43,80	66,90	185,11	1 203,99	43,73