

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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		
Завтрак								
2010	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (соль йодированная, пшено, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,64	3,20	19,88	127,48	0,45
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
Итого			370	9,77	6,45	48,74	293,47	0,96
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	140	4,20	0,14	5,60	43,40	1,40
Итого			140	4,20	0,14	5,60	43,40	1,40
Обед								
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности)	70	13,70	14,08	11,30	226,71	0,56
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	15,49	65,38	1,62
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, горох лущеный, соль йодированная)	200	4,36	5,27	14,65	123,60	3,77
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, соль йодированная, вода питьевая)	130	7,29	5,91	32,94	213,75	0,00
Итого			620	28,14	25,66	91,34	711,02	5,95
Полдник								
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	0,05	0,00	0,11	0,60	0,01
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт)	130	6,04	8,87	36,57	250,22	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,27	4,16	0,00	51,35	0,04
Итого			350	11,36	13,28	48,96	361,67	0,05
Всего				53,47	45,53	194,64	1 409,56	8,36

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
 22 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		
Завтрак								
2010	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (соль йодированная, пшено, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,76	3,24	20,34	130,13	0,45
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	95,11	0,52
Итого			370	9,92	6,50	49,25	296,64	0,97
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	140	4,20	0,14	5,60	43,40	1,40
Итого			140	4,20	0,14	5,60	43,40	1,40
Обед								
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности)	70	13,67	13,96	11,19	225,04	0,56
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	14,87	62,95	1,64
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, горох лущеный, соль йодированная)	200	4,57	4,31	15,05	117,47	3,72
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (масло сладко-сливочное несоленое, крупа гречневая ядрица, соль йодированная, вода питьевая)	130	7,32	5,59	33,14	211,81	0,00
Итого			620	28,35	24,26	91,21	698,85	5,92
Полдник								
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	0,88	0,02
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт)	130	6,05	8,86	36,77	251,17	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	15	3,39	4,31	0,00	53,17	0,04
Итого			350	11,51	13,42	49,22	364,86	0,06
Всего				53,98	44,32	195,28	1 403,75	8,35

Утверждаю

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

МЕНЮ
22 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	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, пшено, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,49	3,03	18,97	121,71	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,04	0,25	12,50	60,58	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,29	2,47	11,66	78,63	0,42
Итого			325	8,82	5,75	43,13	260,92	0,84
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР (кефир 2,5 % жирности)	120	3,60	0,12	4,80	37,20	1,20
Итого			120	3,60	0,12	4,80	37,20	1,20
Обед								
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности)	60	11,75	11,81	9,73	192,13	0,47
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
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, горох пущеный, соль йодированная)	150	3,39	2,96	11,20	85,17	2,79
2010	74	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (крупа гречневая ядрица, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, вода питьевая)	110	6,18	4,52	27,95	176,99	0,00
Итого			503	23,61	19,63	75,02	573,08	4,65
Полдник								
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
2012	317	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт)	110	5,17	7,29	31,43	212,06	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский)	10	2,18	2,77	0,00	34,24	0,03
Итого			290	9,00	10,26	41,36	294,56	0,04
Всего				45,03	35,76	164,31	1 165,76	6,73