

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 апреля 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 32 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ (соль йодированная, пшено, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 160 | 4,75 | 3,22 | 20,21 | 129,53 | 0,45 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,73 | 71,40 | 0,00 |
| 2012 | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский) | 15 | 3,39 | 4,31 | 0,00 | 53,11 | 0,04 |
| 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 | 95,10 | 0,52 |
| Итого | | | 385 | 13,30 | 10,79 | 49,12 | 349,14 | 1,01 |
| 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 | 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 | 1,75 | 5,48 | 7,64 | 87,59 | 10,02 |
| 2012 | 305 | * КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности) | 70 | 13,66 | 13,91 | 11,18 | 224,55 | 0,56 |
| 2012 | 317 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт) | 130 | 6,05 | 8,86 | 36,78 | 251,18 | 0,00 |
| 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 | | | 630 | 24,25 | 28,65 | 87,54 | 708,28 | 12,22 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 336 | * КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста, * свинина б/к) | 220 | 14,50 | 31,53 | 21,62 | 217,60 | 46,74 |
| 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 | 0,87 | 0,02 |
| Итого | | | 425 | 16,57 | 31,78 | 34,07 | 278,11 | 46,76 |
| Всего | | | | 58,32 | 71,36 | 176,33 | 1 378,93 | 61,39 |

Утверждаю

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



МЕНЮ

24 апреля 2026 г.

Сад 24 часа

| Сбор-ник 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 (соль йодированная, пшено, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 160 | 4,80 | 3,24 | 21,19 | 133,79 | 0,45 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,73 | 71,40 | 0,00 |
| 2012 | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский) | 15 | 3,42 | 4,36 | 0,00 | 53,69 | 0,04 |
| 2010 | 97 | *ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 2,79 | 2,97 | 14,22 | 95,44 | 0,52 |
| Итого | | | 385 | 13,41 | 10,87 | 50,14 | 354,32 | 1,01 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР (кефир 2,5 % жирности) | 139 | 4,20 | 0,14 | 5,60 | 43,40 | 1,40 |
| Итого | | | 139 | 4,20 | 0,14 | 5,60 | 43,40 | 1,40 |
| Обед | | | | | | | | |
| 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 | 1,73 | 5,78 | 7,53 | 89,73 | 9,92 |
| 2012 | 305 | * КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности) | 70 | 13,68 | 14,36 | 11,24 | 228,98 | 0,56 |
| 2012 | 317 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт) | 130 | 6,10 | 8,86 | 37,05 | 252,52 | 0,00 |
| 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 | 0,06 | 14,84 | 62,91 | 1,68 |
| Итого | | | 630 | 24,30 | 29,41 | 87,62 | 715,72 | 12,16 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 336 | * КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста, * свинина б/к) | 220 | 14,56 | 31,00 | 22,39 | 215,90 | 46,91 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 26 | 2,06 | 0,26 | 12,63 | 61,20 | 0,00 |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,09 | 0,00 | 0,17 | 1,03 | 0,02 |
| Итого | | | 426 | 16,71 | 31,26 | 35,19 | 278,13 | 46,93 |
| Всего | | | | 58,62 | 71,68 | 178,55 | 1 391,57 | 61,50 |

Утверждаю

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



МЕНЮ
24 апреля 2026 г.
Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № 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 (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, пшено, молоко пастер. 3,2% жирности) | 150 | 4,50 | 3,04 | 19,66 | 124,56 | 0,42 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 25 | 2,00 | 0,25 | 12,28 | 59,50 | 0,00 |
| 2012 | | СЫР (ПОРЦИЯМИ) (сыр российский) | 13 | 3,00 | 3,82 | 0,00 | 47,10 | 0,04 |
| 2010 | 97 | *ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности) | 150 | 2,28 | 2,46 | 12,20 | 80,66 | 0,42 |
| Итого | | | 338 | 11,78 | 9,57 | 44,14 | 311,82 | 0,88 |
| 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 | 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) | 150 | 1,30 | 3,65 | 5,69 | 61,35 | 7,47 |
| 2012 | 305 | * КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности) | 60 | 11,79 | 12,36 | 9,83 | 197,75 | 0,47 |
| 2012 | 317 | * МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт) | 110 | 5,07 | 7,73 | 30,76 | 212,88 | 0,00 |
| 2008 | | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 33 | 2,15 | 0,29 | 13,78 | 66,29 | 0,00 |
| 2012 | 375 | * КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м) | 150 | 0,12 | 0,05 | 12,94 | 54,70 | 1,40 |
| Итого | | | 503 | 20,43 | 24,08 | 73,00 | 592,97 | 9,34 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 336 | * КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста, * свинина б/к) | 200 | 13,13 | 28,93 | 20,03 | 203,34 | 42,54 |
| 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 | 0,60 | 0,01 |
| Итого | | | 370 | 14,78 | 29,13 | 29,96 | 251,54 | 42,55 |
| Всего | | | | 50,59 | 62,90 | 151,90 | 1 193,53 | 53,97 |