

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
25 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	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа ячневая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,94	3,74	19,11	130,70	0,59
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,45	90,70	0,47
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>9,96</b>	<b>9,47</b>	<b>54,88</b>	<b>346,50</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,10</b>	<b>13,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, горох лущеный, соль йодированная)	200	4,58	4,27	15,07	117,22	3,72
2010	64	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (вода питьевая, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, соль йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, лавровый лист, томатная паста, * свинина б/к)	165/100	22,52	53,05	29,70	281,16	2,11
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>29,75</b>	<b>57,67</b>	<b>71,41</b>	<b>518,66</b>	<b>5,83</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	160	11,29	14,51	2,77	187,23	0,25
к/к	к/к	*КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза консервы)	40	1,20	0,08	2,52	15,53	1,60
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,30	59,63	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,87	0,02
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>14,56</b>	<b>14,84</b>	<b>17,74</b>	<b>263,26</b>	<b>1,87</b>
<b>Всего</b>				<b>54,79</b>	<b>82,50</b>	<b>156,77</b>	<b>1 189,52</b>	<b>21,76</b>

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор  
/Бугайчук И.А./

**МЕНЮ**  
25 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	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, соль йодированная, крупа ячневая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,11	3,12	15,86	108,62	0,49
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,32	2,33	11,46	76,63	0,39
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>8,68</b>	<b>8,39</b>	<b>49,64</b>	<b>310,35</b>	<b>0,88</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,75	61,16	13,01
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,75</b>	<b>61,16</b>	<b>13,01</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, горох лущеный, соль йодированная)	150	3,45	3,08	11,34	87,20	2,79
2010	64	*«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (вода питьевая, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, соль йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, лавровый лист, томатная паста, * свинина б/к)	155/100	21,86	51,11	28,96	272,36	2,10
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,29	33,17	0,00
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>27,49</b>	<b>54,48</b>	<b>62,52</b>	<b>459,75</b>	<b>4,89</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	140	9,70	12,44	2,42	160,71	0,22
к/к	к/к	*КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза консервы)	30	0,90	0,06	1,89	11,64	1,20
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	0,06	0,00	0,12	0,69	0,01
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>12,26</b>	<b>12,70</b>	<b>14,25</b>	<b>220,64</b>	<b>1,43</b>
<b>Всего</b>				<b>48,95</b>	<b>76,09</b>	<b>139,16</b>	<b>1 051,90</b>	<b>20,21</b>

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор

/Бугайчук И.А./

**МЕНЮ**  
25 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	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа ячневая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,96	3,75	19,91	133,97	0,59
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,69	2,79	13,04	88,77	0,47
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>9,90</b>	<b>9,48</b>	<b>55,27</b>	<b>347,84</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	131	0,52	0,52	12,79	61,36	13,06
<b>Итого</b>			<b>131</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,79</b>	<b>61,36</b>	<b>13,06</b>
<b>Обед</b>								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, горох лущеный, соль йодированная)	200	4,73	3,68	15,39	113,72	3,74
2010	64	* «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ (вода питьевая, яйца куриные (шт.), крупа рисовая, соль йодированная, чеснок, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, лавровый лист, томатная паста, * свинина б/к)	165/100	22,33	52,82	29,92	278,44	2,05
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, лимонная кислота, вода питьевая)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
<b>Итого</b>			<b>685</b>	<b>29,71</b>	<b>56,85</b>	<b>71,95</b>	<b>512,44</b>	<b>5,79</b>
<b>Полдник</b>								
2012	215	* ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	160	11,30	14,49	2,78	187,01	0,25
к/к	к/к	*КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ (кукуруза консервы)	40	1,19	0,08	2,50	15,40	1,59
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	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>14,56</b>	<b>14,82</b>	<b>17,70</b>	<b>262,72</b>	<b>1,85</b>
<b>Ужин</b>								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
2010	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,78	3,26	19,62	127,58	0,51
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>4,85</b>	<b>3,26</b>	<b>19,76</b>	<b>128,39</b>	<b>0,52</b>
<b>Всего</b>				<b>59,54</b>	<b>84,93</b>	<b>177,47</b>	<b>1 312,75</b>	<b>22,28</b>