

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
 28 апреля 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	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, *кукуруза крупа, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,21	3,33	17,86	118,80	0,98
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, сахар песок, чай черный байховый, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,46	12,36	81,46	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	26	2,04	0,26	12,55	60,82	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,52	0,07	49,88	0,00
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>8,62</b>	<b>11,57</b>	<b>42,84</b>	<b>310,96</b>	<b>1,40</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	126	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
<b>Итого</b>			<b>126</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,38</b>	<b>53,75</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, томатная паста, * сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/10	1,36	4,46	6,62	72,86	5,40
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, молоко пастер. 3,2% жирности)	60	11,68	12,14	9,38	193,30	0,47
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	150	3,40	5,58	14,50	123,91	31,37
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,65	53,52	1,37
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>18,76</b>	<b>22,52</b>	<b>57,28</b>	<b>511,58</b>	<b>38,61</b>
<b>Полдник</b>								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (соль йодированная, сахар песок, вода питьевая, крупа гречневая ядрица, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,65	3,09	17,81	118,28	0,41
2016	274	*МАННИК (крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированное, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, кефир 2,5 % жирности)	50	3,96	2,34	26,14	141,23	0,06
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>8,68</b>	<b>5,43</b>	<b>44,09</b>	<b>260,32</b>	<b>0,48</b>
<b>Всего</b>				<b>36,69</b>	<b>39,65</b>	<b>156,59</b>	<b>1 136,61</b>	<b>42,99</b>

Утверждаю



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

Директор

**МЕНЮ**  
**28 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, *кукуруза крупа, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,04	3,98	21,19	141,53	1,17
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	95,07	0,52
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
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,27</b>	<b>13,05</b>	<b>50,17</b>	<b>360,50</b>	<b>1,69</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,38</b>	<b>53,75</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, томатная паста, * сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10	1,82	5,50	8,75	92,44	7,05
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	13,92	11,12	224,39	0,56
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	200	4,51	7,06	19,14	160,82	42,01
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
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>22,78</b>	<b>26,88</b>	<b>70,86</b>	<b>622,26</b>	<b>51,26</b>
<b>Полдник</b>								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (соль йодированная, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,54	3,71	20,74	139,11	0,50
2016	274	*МАННИК (крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, кефир 2,5 % жирности)	50	3,90	2,19	26,67	141,62	0,06
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>9,51</b>	<b>5,90</b>	<b>47,56</b>	<b>281,58</b>	<b>0,58</b>
<b>Всего</b>				<b>43,19</b>	<b>45,96</b>	<b>180,97</b>	<b>1 318,09</b>	<b>56,03</b>

Утверждаю

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



**МЕНЮ**  
28 апреля 2026 г.  
Сад 24 часа

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	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, *кукуруза крупа, молоко пастер. 3.2% жирности)	180	5,10	4,01	21,83	144,50	1,19
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
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	5,93	0,07	53,55	0,00
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,36</b>	<b>13,21</b>	<b>50,85</b>	<b>364,89</b>	<b>1,71</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (сок яблочный)	126	0,63	0,13	12,50	54,29	2,53
<b>Итого</b>			<b>126</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,50</b>	<b>54,29</b>	<b>2,53</b>
<b>Обед</b>								
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	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированое, морковь, лук репчатый, мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, томатная паста)	200	4,56	7,21	19,17	162,28	42,03
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, томатная паста, * сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10	1,82	5,76	8,77	94,79	7,03
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
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>22,85</b>	<b>27,74</b>	<b>70,98</b>	<b>630,54</b>	<b>51,30</b>
<b>Полдник</b>								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (соль йодированная, крупа гречневая ядрица, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,64	3,74	21,86	144,24	0,50
2016	274	*МАННИК (крупа манная, сахар песок, масло подсолнечное рафинированое, мука пшеничная высш.сорт, яйца куриные (шт.), сухари панировочные, кефир 2,5 % жирности)	55	4,20	2,80	27,13	150,26	0,06
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>9,93</b>	<b>6,54</b>	<b>49,16</b>	<b>295,53</b>	<b>0,58</b>
<b>Ужин</b>								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
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
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>4,89</b>	<b>3,24</b>	<b>21,36</b>	<b>134,82</b>	<b>0,47</b>
<b>Всего</b>				<b>48,66</b>	<b>50,86</b>	<b>204,85</b>	<b>1 480,07</b>	<b>56,59</b>