

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 февраля 2026 г.
Сад 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *крупа ячневая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3.2% жирности)	180	4,94	3,74	19,13	130,83	0,59
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,49	90,87	0,47
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			390	9,96	9,47	54,94	346,80	1,06
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,09	13,00
Обед								
2012	81	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (*картофель, *лук репчатый, *морковь, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *горох лущеный, *соль йодированная)	200	4,56	4,34	15,03	117,65	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	22,50	53,03	29,71	280,99	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
Итого			685	29,71	57,72	71,38	518,92	5,83
Уплполдник								
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	187,09	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	12,29	59,59	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			405	14,56	14,84	17,73	263,07	1,87
Всего				54,75	82,55	156,79	1 189,88	21,76

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.