

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Векто

Директ

/Бугайчук И.А

МЕНЮ

5 мая 2026 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, м
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*соль йодированная, *крупа рисовая, вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,61	2,70	19,80	118,60	0,4
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,84	2,85	12,28	86,90	0,4
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,74	0,06	52,04	0,0
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,0
Итого			332	8,48	11,54	44,42	317,04	0,8
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,73	61,06	12,9
Итого			130	0,52	0,52	12,73	61,06	12,9
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,41	1,38	7,21	50,99	0,2
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *куриная грудка охлажденная)	180	14,20	20,79	20,02	324,53	10,5
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы соленые)	35	0,28	0,04	0,60	4,55	1,1
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,19	0,29	14,01	67,39	0,0
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,43	52,63	1,2
Итого			548	19,19	22,55	54,27	500,09	13,8
Уплподник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с повидлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, * сметана 15% жирности, *джем)	110/30	15,93	11,07	32,74	294,67	4,1
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,0
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,73	0,0
Итого			320	18,24	14,01	55,19	420,50	4,1
Всего				46,43	48,62	166,61	1 298,69	31,1

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
5 мая 2026 г.
Сад 12 часов

Директор

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая, вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	23,64	141,79	0,50
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,42	3,42	14,76	104,45	0,58
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,77	0,06	52,30	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	10,18	12,73	53,19	369,94	1,08
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,56	67,45	0,27
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (*морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *томатная паста, *соль йодированная, *лавровый лист, *картофель, *куриная грудка охлажденная)	200	15,80	23,22	22,29	361,68	11,73
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы соленые)	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
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	14,92	63,15	1,64
Итого			660	22,08	25,47	64,41	579,06	15,64
Уплподник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с пovidлом (*творог 9,0% жирности, *крупа манная, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *масло сладко-сливочное несоленое, *сухари панировочные, *сметана 15% жирности, *джем)	140/30	19,31	13,29	39,58	355,82	5,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,86	0,02
Итого			380	21,63	16,23	62,05	481,78	5,02
Всего			380	54,41	54,95	192,39	1 491,89	34,74

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.