

Утверждаю

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



МЕНЮ

6 мая 2026 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 35 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*крупка пшеничная полтавская, *соль йодированная, вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности) | 150 | 3,95 | 2,69 | 15,69 | 103,49 | 0,42 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 25 | 2,01 | 0,25 | 12,32 | 59,73 | 0,00 |
| 2012 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое) | 7 | 0,04 | 5,82 | 0,06 | 52,80 | 0,00 |
| 2012 | 395 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 150 | 2,30 | 2,33 | 11,22 | 75,67 | 0,39 |
| Итого | | | 332 | 8,30 | 11,09 | 39,29 | 291,69 | 0,81 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | *МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности) | 140 | 3,94 | 4,35 | 6,38 | 81,48 | 0,73 |
| Итого | | | 140 | 3,94 | 4,35 | 6,38 | 81,48 | 0,73 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 76 | *РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупка перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности) | 150 | 1,50 | 4,17 | 10,07 | 84,20 | 4,03 |
| 2010 | 272 | * БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сухари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности) | 60 | 8,08 | 3,76 | 9,43 | 104,12 | 0,36 |
| 2012 | 315-211 | * РИС ОТВАРНОЙ (*крупка рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 2,71 | 4,46 | 28,33 | 164,26 | 0,00 |
| 2008 | | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 33 | 2,18 | 0,29 | 13,96 | 67,19 | 0,00 |
| 2010 | 94 | * НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки) | 150 | 0,08 | 0,08 | 15,33 | 62,75 | 0,75 |
| Итого | | | 503 | 14,55 | 12,76 | 77,12 | 482,52 | 5,14 |
| Упполдник | | | | | | | | |
| 2010 | 69 | * РАГУ С курой (*масло сладко-сливочное несоленое, *масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *лук репчатый, *морковь, *капуста белокочанная, *томатная паста, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист, *куриная грудка охлажденная) | 180 | 11,03 | 13,32 | 23,91 | 261,05 | 19,17 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 20 | 1,60 | 0,20 | 9,82 | 47,60 | 0,00 |
| 2012 | 393 | * ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай) | 150/7/3 | 0,09 | 0,00 | 8,35 | 34,34 | 0,57 |
| Итого | | | 360 | 12,72 | 13,52 | 42,08 | 342,99 | 19,74 |
| Всего | | | | 39,51 | 41,72 | 164,87 | 1 198,68 | 26,42 |

Ст медсестра _____

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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



МЕНЮ
 6 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 35 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, вода питьевая, *крупа пшеничная полтавская, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,75 | 3,24 | 18,82 | 124,15 | 0,50 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 30 | 2,40 | 0,30 | 14,73 | 71,40 | 0,00 |
| 2012 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое) | 7 | 0,04 | 5,80 | 0,06 | 52,59 | 0,00 |
| 2012 | 395 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 180 | 2,77 | 2,79 | 13,49 | 90,89 | 0,47 |
| Итого | | | 397 | 9,96 | 12,13 | 47,10 | 339,03 | 0,97 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 400 | *МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности) | 160 | 4,50 | 4,97 | 7,29 | 93,12 | 0,83 |
| Итого | | | 160 | 4,50 | 4,97 | 7,29 | 93,12 | 0,83 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 76 | *РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ (*картофель, *крупа перловая, *морковь, *лук репчатый, *огурцы соленые, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности) | 200 | 2,02 | 5,62 | 13,48 | 113,20 | 5,37 |
| 2010 | 272 | * БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (*рыба минтай филе, *масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, *соль йодированная, *сухари панировочные, *молоко пастер. 3,2% жирности) | 70 | 9,44 | 4,45 | 10,96 | 122,04 | 0,42 |
| 2012 | 315-211 | * РИС ОТВАРНОЙ (*крупа рисовая, *масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 3,18 | 5,14 | 33,36 | 192,41 | 0,00 |
| 2008 | | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| 2010 | 94 | * НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки) | 180 | 0,09 | 0,09 | 18,40 | 75,28 | 0,90 |
| Итого | | | 620 | 17,38 | 15,65 | 93,16 | 584,51 | 6,69 |
| Упполдник | | | | | | | | |
| 2010 | 69 | * РАГУ С курой (*масло сладко-сливочное несоленое, *масло подсолнечное рафинированное, *картофель, *лук репчатый, *морковь, *капуста белокочанная, *томатная паста, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *соль йодированная, *лавровый лист, *куриная грудка охлажденная) | 200 | 12,25 | 14,69 | 26,64 | 289,01 | 21,33 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 25 | 2,00 | 0,25 | 12,28 | 59,50 | 0,00 |
| 2012 | 393 | * ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (*сахар песок, *лимон, вода питьевая, *чай) | 180/7/3 | 0,11 | 0,00 | 9,96 | 40,96 | 0,70 |
| Итого | | | 415 | 14,36 | 14,94 | 48,88 | 389,47 | 22,03 |
| Всего | | | | 46,20 | 47,69 | 196,43 | 1 406,13 | 30,52 |

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.