

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
19 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		
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	19,77	118,41	0,42
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (*сахар песок, вода питьевая, *какао порошок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,84	2,85	12,27	86,83	0,48
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,70	0,06	51,65	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
Итого			332	8,48	11,50	44,38	316,39	0,91
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,73	61,07	12,99
Итого			130	0,52	0,52	12,73	61,07	12,99
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, *лук репчатый, *морковь, *соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,40	1,38	7,18	50,91	0,21
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	20,93	20,03	325,61	10,51
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы соленые)	35	0,28	0,04	0,60	4,55	1,71
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,19	0,29	14,03	67,50	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,43	52,59	1,30
Итого			548	19,18	22,69	54,27	501,16	13,81
Уплполдник								
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	15,98	11,01	32,66	293,90	4,11
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (*печенье сахарное мука высш. сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,75	0,00
Итого			320	18,29	13,95	55,11	419,75	4,11
Всего				46,47	48,66	166,49	1 298,37	31,81

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
19 мая 2026
Сад 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	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (*крупа рисовая, вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	23,65	141,80	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	104,42	0,58
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,80	0,06	52,59	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	10,19	12,76	53,20	370,21	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	9,53	67,34	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	22,28	361,64	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	64,37	578,91	15,64
Уплполдник								
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)	140/30	19,34	13,29	39,56	355,91	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	21,66	16,23	62,03	481,87	5,02
Всего				54,45	54,98	192,34	1 492,10	34,74

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.