

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	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,21	3,33	17,76	118,44	0,98
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,47	11,80	79,22	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,01	0,25	12,33	59,76	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			332	8,59	11,86	41,96	309,92	1,40
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Обед								
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	1,39	4,22	6,68	70,89	5,37
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, *сухари панировочные, *масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	60	11,73	11,95	9,63	192,91	0,47
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (*капуста белокочанная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *томатная паста)	150	3,37	5,36	14,38	121,36	31,52
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,19	0,29	14,04	67,53	0,00
2010	91	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (*сухофрукты (смесь), *сахар песок, *лимонная кислота, вода питьевая)	150	0,00	0,00	8,04	32,17	0,00
Итого			553	18,68	21,82	52,77	484,86	37,36
Уплполдник								
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,13	0,75	0,01
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*соль йодированная, *сахар песок, вода питьевая, *крупа гречневая ядрица, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,64	3,10	17,37	116,40	0,41
2016	274	*МАННИК (*крупа манная, *сахар песок, *масло подсолнечное рафинированное, *мука пшеничная высш. сорт, *яйца куриные (шт.), *сухари панировочные, кефир 3.2 % жирности)	50	3,90	2,25	26,77	142,59	0,06
Итого			350	8,60	5,35	44,27	259,74	0,48
Всего				36,50	39,16	151,38	1 108,27	41,74

Ст медсестра _____

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор
/Бугайчук И.А./

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		
Завтрак								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (*сахар песок, *соль йодированная, вода питьевая, *кукуруза крупа, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,05	3,99	21,21	141,54	1,17
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,18	95,08	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
Итого			397	10,28	13,06	50,19	360,52	1,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сок яблочный)	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Итого			125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
Обед								
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)	200/10	1,82	5,51	8,73	92,52	7,04
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (*куриная грудка охлажденная, *сахари панировочные, *масло сладко-сливочное несоленое, *батон пшеничный йодированный, *молоко пастер. 3,2% жирности)	70	13,66	13,96	11,15	224,87	0,56
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ (*капуста белокочанная, *масло подсолнечное рафинированное, *морковь, *лук репчатый, *мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *томатная паста)	200	4,52	7,03	19,17	160,71	42,01
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			700	22,65	26,85	65,69	598,38	49,61
Упполдник								
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,87	0,02
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (*соль йодированная, *крупа гречневая ядрица, вода питьевая, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,55	3,71	20,80	139,38	0,50
2016	274	*МАННИК (*крупа манная, *сахар песок, *масло подсолнечное рафинированное, *мука пшеничная высш. сорт, *яйца куриные (шт.), *сахари панировочные, кефир 3.2 % жирности)	50	3,88	2,17	26,62	141,17	0,06
Итого			410	9,50	5,88	47,57	281,42	0,58
Всего				43,06	45,92	175,83	1 294,07	54,38

Ст медсестра _____

Перевозчикова Н.А.