

Утверждаю

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

Директ

**МЕНЮ**  
30 апреля 2026 г.  
Ясли 12 часов



Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, м
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*крупа рисовая, *сахар песок, вода питьевая, *пшено, *молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная)	150	4,69	2,94	24,60	144,18	0,4
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,0
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,31	2,33	11,29	75,91	0,3
<b>Итого</b>			<b>332</b>	<b>9,07</b>	<b>11,33</b>	<b>48,24</b>	<b>332,09</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,22	4,66	6,84	87,30	0,7
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>4,22</b>	<b>4,66</b>	<b>6,84</b>	<b>87,30</b>	<b>0,7</b>
<b>Обед</b>								
2012	67	* ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (*капуста белокачанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	150	1,30	4,04	5,71	65,04	7,5
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *рыба минтай филе)	80	8,47	4,33	1,41	78,74	0,9
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	130	2,72	4,71	18,50	127,65	8,9
2024	TK № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы соленые)	35	0,28	0,04	0,60	4,55	1,7
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,18	0,29	13,95	67,14	0,0
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,43	52,60	1,3
<b>Итого</b>			<b>578</b>	<b>15,06</b>	<b>13,46</b>	<b>52,60</b>	<b>395,72</b>	<b>20,8</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	238	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ с молоком сгущенным (*крупа манная, *сахар песок, *морковь, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло подсолнечное рафинированное, *сахари панировочные, *творог 9,0% жирности, * сметана 15% жирности, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	15,84	14,41	44,75	374,76	0,7
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	20	1,60	0,20	9,82	47,60	0,0
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,70	0,0
<b>Итого</b>			<b>320</b>	<b>17,50</b>	<b>14,61</b>	<b>54,69</b>	<b>423,06</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>45,85</b>	<b>44,06</b>	<b>162,37</b>	<b>1 238,17</b>	<b>22,9</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор  
/Бугайчук И.А.



**МЕНЮ**  
**30 апреля 2026 г.**  
**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита мин С, м
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	38	*КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» (*молоко пастер. 3,2% жирности, *соль йодированная, *крупа рисовая, *пшено, вода питьевая, *сахар песок)	180	5,62	3,53	29,45	172,71	0,4
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,0
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (*кофейный напиток, *сахар песок, *молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,76	2,79	13,48	90,80	0,4
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,85</b>	<b>12,43</b>	<b>57,73</b>	<b>387,41</b>	<b>0,8</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	400	*МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (*молоко пастер. 3,2% жирности)	160	4,50	4,97	7,29	93,12	0,8
<b>Итого</b>			<b>160</b>	<b>4,50</b>	<b>4,97</b>	<b>7,29</b>	<b>93,12</b>	<b>0,8</b>
<b>Обед</b>								
2012	67	* ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ (*капуста белокачанная, *картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *томатная паста, *соль йодированная, * сметана 15% жирности)	200/10	1,74	5,52	7,62	87,86	10,0
2012	247	*РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ (вода питьевая, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, *рыба минтай филе)	80	8,47	4,39	1,41	79,26	0,9
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (*картофель, *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,14	5,32	21,34	146,34	10,3
2024	TK № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (*огурцы соленые)	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,0
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,0
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (*сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	180	0,14	0,05	14,92	63,15	1,6
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>16,46</b>	<b>15,67</b>	<b>62,93</b>	<b>463,39</b>	<b>24,9</b>
<b>Уплполдник</b>								
2012	238	* ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ с молоком сгущеным (*крупа манная, *сахар песок, *морковь, *яйца куриные (шт.), *молоко пастер. 3,2% жирности, *масло подсолнечное рафинированное, *сахари ланировочные, *творог 9,0% жирности, * сметана 15% жирности, *молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности)	150	15,91	14,46	44,77	375,65	0,7
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,0
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,87	0,0
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>17,98</b>	<b>14,71</b>	<b>57,20</b>	<b>436,02</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>49,79</b>	<b>47,78</b>	<b>185,15</b>	<b>1 379,94</b>	<b>27,5</b>

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.