

Утверждаю

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

Директор

# МЕНЮ

4 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, крупа манная, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,94	2,78	15,99	104,73	0,44
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,93	0,07	53,55	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	26	2,06	0,26	12,63	61,20	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,69	0,01
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>6,13</b>	<b>8,97</b>	<b>28,81</b>	<b>220,17</b>	<b>0,45</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,69	60,87	12,95
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,69</b>	<b>60,87</b>	<b>12,95</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, рыба минтай филе, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	150	3,00	2,25	14,26	87,79	9,00
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, * свинина б/к, *батон пшеничный йодированный)	60	9,36	22,82	7,96	91,45	0,48
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	30	0,47	1,08	2,18	20,34	0,01
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	120	2,52	4,38	17,11	118,31	8,32
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,04	11,88	50,31	1,34
<b>Итого</b>			<b>543</b>	<b>17,64</b>	<b>30,86</b>	<b>67,32</b>	<b>435,22</b>	<b>19,15</b>
<b>Полдник</b>								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,63	5,03	14,46	122,66	0,62
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,69	0,01
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>6,46</b>	<b>6,44</b>	<b>37,08</b>	<b>233,15</b>	<b>0,63</b>
<b>Всего</b>			<b>30,75</b>	<b>46,79</b>	<b>145,90</b>	<b>949,41</b>	<b>33,18</b>	

Утверждаю

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

Директор

**МЕНЮ**  
4 июня 2026 г.  
Сад 24 часа



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (соль йодированная, крупа манная, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,68	3,30	20,07	128,95	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,93	0,07	53,55	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>7,24</b>	<b>9,53</b>	<b>35,04</b>	<b>254,93</b>	<b>0,54</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,69	60,87	12,95
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,69</b>	<b>60,87</b>	<b>12,95</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, рыба минтай филе, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	4,00	3,00	19,00	117,00	12,00
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	40	0,54	1,50	2,28	24,77	0,01
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, * свинина б/к, * батон пшеничный йодированный)	70	10,85	28,54	8,85	121,79	0,58
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,16	5,77	21,42	150,79	10,40
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	0,06	14,84	62,91	1,68
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>21,34</b>	<b>39,22</b>	<b>83,35</b>	<b>558,84</b>	<b>24,67</b>
<b>Полдник</b>								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,61	5,84	17,46	146,01	0,75
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>7,47</b>	<b>7,25</b>	<b>40,13</b>	<b>256,84</b>	<b>0,77</b>
<b>Ужин</b>								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,38	3,25	24,48	145,38	0,50
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>4,47</b>	<b>3,25</b>	<b>24,65</b>	<b>146,41</b>	<b>0,52</b>
<b>Всего</b>			<b>41,04</b>	<b>59,77</b>	<b>195,86</b>	<b>1 277,89</b>	<b>39,45</b>	

Утверждаю

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

Директор

**МЕНЮ**  
4 июня 2026 г.  
Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (соль йодированная, крупа манная, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,62	3,30	19,24	125,37	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>7,16</b>	<b>9,41</b>	<b>34,19</b>	<b>250,12</b>	<b>0,54</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
<b>Итого</b>			<b>130</b>	<b>0,52</b>	<b>0,52</b>	<b>12,74</b>	<b>61,10</b>	<b>13,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (картофель, морковь, лук репчатый, вода питьевая, рыба минтай филе, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированное)	200	4,00	3,00	19,00	117,00	12,00
2012	354	* СОУС СМЕТАННЫЙ №354 (* сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	40	0,55	1,50	2,36	25,18	0,01
2012	286	* ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (вода питьевая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, * свинина б/к, * батон пшеничный йодированный)	70	10,71	27,30	8,79	112,99	0,56
2012	321	*ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко пастер. 3,2% жирности, масло сладко-сливочное несоленое)	150	3,15	5,42	21,35	147,30	10,38
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	14,94	63,23	1,64
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>21,20</b>	<b>37,62</b>	<b>83,40</b>	<b>547,28</b>	<b>24,59</b>
<b>Полдник</b>								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, макаронные изделия 1 сорт, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,63	6,15	17,92	150,72	0,75
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
2008		ПРЯНИКИ (пряники заварные)	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>7,47</b>	<b>7,56</b>	<b>40,57</b>	<b>261,37</b>	<b>0,77</b>
<b>Всего</b>				<b>36,35</b>	<b>55,11</b>	<b>170,90</b>	<b>1 119,87</b>	<b>38,90</b>