

Утверждаю



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

МЕНЮ
8 апреля 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		
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	18,86	124,33	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	0,03	5,77	0,06	52,27	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,77	2,79	13,52	91,00	0,47
Итого			397	9,95	12,10	47,17	339,00	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	2,03	5,61	13,50	113,25	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	4,46	10,99	122,19	0,18
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,18	5,17	33,35	192,71	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	18,35	75,10	0,90
Итого			620	17,39	15,68	93,15	584,83	6,45
Полдник								
2010	69	* РАГУ С КУРОЙ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, *куриная грудка охлажденная)	200	12,25	14,76	26,61	289,75	21,33
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,30	59,64	0,00
2012	393	* ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый)	180/7/3	0,11	0,00	9,96	40,96	0,69
Итого			415	14,36	15,01	48,87	390,35	22,02
Всего				46,20	47,76	196,48	1 407,30	30,27

Утверждаю

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



МЕНЮ
 8 апреля 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	35	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,00	2,70	15,56	103,11	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,04	0,25	12,50	60,58	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	6,00	0,06	54,40	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	150	2,29	2,33	11,41	76,31	0,39
Итого			332	8,37	11,28	39,53	294,40	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, крупа перловая, морковь, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, * сметана 15% жирности)	150	1,48	3,93	9,97	81,64	4,05
2010	272	* БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, соль йодированная, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности)	60	8,16	3,56	9,68	103,68	0,16
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	110	2,72	4,76	28,46	167,48	0,00
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,17	0,29	13,87	66,75	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (сахар песок, вода питьевая, яблоки)	150	0,07	0,07	14,95	61,17	0,74
Итого			503	14,60	12,61	76,93	480,72	4,95
Полдник								
2010	69	* РАГУ С КУРОЙ (масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, картофель, лук репчатый, морковь, капуста белокачанная, томатная паста, мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, соль йодированная, лавровый лист, *куриная грудка охлажденная)	180	11,09	13,05	24,04	259,34	19,19
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 черный байховый)	150/7/3	0,08	0,00	8,14	33,57	0,61
Итого			360	12,77	13,25	42,00	340,51	19,80
Всего				39,68	41,49	164,84	1 197,11	26,29

Утверждаю

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



МЕНЮ
8 апреля 2026 г.
Сад 24 часа

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	4,78	3,26	19,62	127,58	0,51
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
2012	395	*КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая)	180	2,69	2,79	13,04	88,77	0,47
Итого			397	9,90	11,85	47,44	337,62	0,98
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	1,95	4,99	12,99	105,16	5,36
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	4,30	11,13	121,32	0,18
2012	315-211	* РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое)	130	3,16	5,79	33,21	197,59	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	18,22	74,53	0,88
Итого			620	17,29	15,52	92,51	580,18	6,42
Полдник								
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	12,19	14,89	26,92	291,77	21,22
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 черный байховый)	180/7/3	0,11	0,00	9,94	40,83	0,65
Итого			415	14,30	15,14	49,14	392,10	21,87
Ужин								
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
2010	36	* КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа ячневая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,96	3,75	19,91	133,97	0,59
Итого			360	5,03	3,75	20,05	134,78	0,60
Всего				51,02	51,23	216,43	1 537,80	30,70