

Утверждаю

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

Директор

# МЕНЮ

9 июня 2026 г.



## Если 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	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ	150	2,29	2,46	12,03	80,00	0,42
2008		*БАТОН	26	2,06	0,26	12,63	61,20	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,93	0,07	53,55	0,00
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	150	4,24	3,56	16,02	113,76	0,44
<b>Итого</b>			<b>333</b>	<b>8,66</b>	<b>12,21</b>	<b>40,75</b>	<b>308,51</b>	<b>0,86</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	126	0,63	0,13	12,50	54,29	2,53
<b>Итого</b>			<b>126</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,50</b>	<b>54,29</b>	<b>2,53</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ	150/10	1,36	3,90	6,58	67,59	5,38
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,71	11,49	9,57	188,51	0,47
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,34	5,73	13,89	122,52	31,41
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	33	2,18	0,29	13,93	67,02	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	150	0,11	0,04	11,88	50,31	1,34
<b>Итого</b>			<b>553</b>	<b>18,70</b>	<b>21,45</b>	<b>55,85</b>	<b>495,95</b>	<b>38,60</b>
<b>Полдник</b>								
2010	96	* ЧАЙ	150	0,06	0,00	0,12	0,69	0,01
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4,65	3,09	17,34	116,34	0,41
2008		*БАТОН	26	2,06	0,26	12,63	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>326</b>	<b>6,77</b>	<b>3,35</b>	<b>30,09</b>	<b>178,23</b>	<b>0,42</b>
<b>Всего</b>				<b>34,76</b>	<b>37,14</b>	<b>139,19</b>	<b>1 036,98</b>	<b>42,41</b>

Утверждаю

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

Директор

**МЕНЮ**  
 9 июня 2026 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ	180	2,76	2,96	14,18	95,06	0,52
2008		*БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	180	4,97	4,21	17,89	130,12	0,52
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,20</b>	<b>13,28</b>	<b>46,87</b>	<b>349,08</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,63	0,13	12,38	53,75	2,50
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,38</b>	<b>53,75</b>	<b>2,50</b>
<b>Обед</b>								
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,82	5,51	8,74	92,54	7,04
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,66	13,92	11,15	224,55	0,56
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,52	7,07	19,12	160,86	42,02
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,14	0,05	14,94	63,23	1,64
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>22,79</b>	<b>26,90</b>	<b>70,91</b>	<b>622,76</b>	<b>51,26</b>
<b>Полдник</b>								
2010	96	* ЧАЙ	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,54	3,71	20,73	139,06	0,50
2008		*БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,01</b>	<b>4,01</b>	<b>35,61</b>	<b>211,31</b>	<b>0,52</b>
<b>Всего</b>				<b>41,63</b>	<b>44,32</b>	<b>165,77</b>	<b>1 236,90</b>	<b>55,32</b>

Утверждаю

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

Директор



# МЕНЮ

9 июня 2026 г.

Сад 24 часа

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ	180	2,79	2,97	14,22	95,44	0,52
2008		*БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,93	0,07	53,55	0,00
2010	34	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ	180	5,04	4,24	18,49	133,09	0,52
<b>Итого</b>			<b>397</b>	<b>10,30</b>	<b>13,44</b>	<b>47,51</b>	<b>353,48</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	126	0,63	0,13	12,50	54,29	2,53
<b>Итого</b>			<b>126</b>	<b>0,63</b>	<b>0,13</b>	<b>12,50</b>	<b>54,29</b>	<b>2,53</b>
<b>Обед</b>								
2012	305	* КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,68	14,36	11,24	228,98	0,56
2012	336	* КАПУСТА ТУШЕНАЯ	200	4,56	7,21	19,17	162,28	42,03
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2012	57	* БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ,СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,82	5,76	8,77	94,79	7,03
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,14	0,06	14,84	62,91	1,68
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>22,85</b>	<b>27,74</b>	<b>70,98</b>	<b>630,54</b>	<b>51,30</b>
<b>Полдник</b>								
2010	96	* ЧАЙ	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2010	40	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	180	5,64	3,74	21,86	144,24	0,50
2008		*БАТОН	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>8,13</b>	<b>4,04</b>	<b>36,76</b>	<b>216,67</b>	<b>0,52</b>
<b>Ужин</b>								
2010	96	* ЧАЙ	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
2010	32	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЁННАЯ ЖИДКАЯ	160	4,80	3,24	21,19	133,79	0,45
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>4,89</b>	<b>3,24</b>	<b>21,36</b>	<b>134,82</b>	<b>0,47</b>
<b>Всего</b>				<b>46,80</b>	<b>48,59</b>	<b>189,11</b>	<b>1 389,80</b>	<b>55,86</b>