

Утверждаю

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



МЕНЮ
21 апреля 2026 г.
Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая цен-ность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (крупа рисовая, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,33	3,24	23,64	141,82	0,50
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, какао тертое, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,42	3,42	14,82	104,62	0,58
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,78	0,06	52,44	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	10,19	12,74	53,25	370,28	1,08
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,10	13,00
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,17	1,81	9,52	67,28	0,27
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист, картофель, *куриная грудка охлажденная)	200	15,80	23,22	22,27	361,63	11,73
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	14,89	63,03	1,64
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	25	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
Итого			645	22,08	25,47	64,32	578,72	15,64
Полдник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (*творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, * сметана 15% жирности, джем)	140/30	19,29	13,23	39,58	355,11	5,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
Итого			380	21,61	16,17	62,05	481,06	5,02
Всего				54,40	54,90	192,36	1 491,16	34,74

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
21 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	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
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, какао тертое, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	3,49	3,43	15,23	106,70	0,58
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,04	5,89	0,06	53,43	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
Итого			397	10,31	12,87	54,50	376,91	1,08
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,69	60,87	12,95
Итого			130	0,52	0,52	12,69	60,87	12,95
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	200	3,15	1,81	9,35	66,42	0,26
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист, картофель, *куриная грудка охлажденная)	200	15,84	23,22	22,41	362,39	11,84
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
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	25	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
Итого			645	22,10	25,48	64,24	578,50	15,78
Полдник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (*творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, * сметана 15% жирности, джем)	140/30	19,49	13,39	40,04	359,13	5,00
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
Итого			380	21,83	16,33	62,53	485,26	5,02
Ужин								
2010	37	* КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, соль йодированная, вода питьевая, *кукуруза крупа, молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,10	4,01	21,83	144,50	1,19
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	180	0,09	0,00	0,17	1,03	0,02
Итого			360	5,19	4,01	22,00	145,53	1,21
Всего				59,95	59,21	215,96	1 647,07	36,04

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор
/Бугайчук И.А./

МЕНЮ
21 апреля 2026 г.
Ясли 12 часов



Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2010	33	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (соль йодированная, крупа рисовая, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,63	2,71	20,06	119,75	0,42
2012	397	* КАКАО С МОЛОКОМ (сахар песок, вода питьевая, какао тертое, молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,88	2,86	12,13	86,53	0,48
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,03	5,50	0,05	49,87	0,00
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	26	2,04	0,26	12,55	60,82	0,00
Итого			333	8,58	11,33	44,79	316,97	0,90
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (яблоки)	130	0,52	0,52	12,75	61,13	13,01
Итого			130	0,52	0,52	12,75	61,13	13,01
Обед								
2012	109	* БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ (*куриная грудка охлажденная, вода питьевая, лук репчатый, морковь, соль йодированная, *батон пшеничный йодированный)	150	2,44	1,41	7,27	51,61	0,22
2010	57	*ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ (морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, томатная паста, соль йодированная, лавровый лист, картофель, *куриная грудка охлажденная)	180	14,26	20,82	19,97	324,53	10,52
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
2012	375	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД (сахар песок, вода питьевая, * компотная смесь с/м)	150	0,11	0,05	12,65	53,52	1,37
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	36	0,28	0,04	0,60	4,62	1,78
Итого			549	19,30	22,61	54,62	502,27	13,89
Полдник								
2012	237	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ (*творог 9,0% жирности, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, сухари панировочные, * сметана 15% жирности, джем)	110/30	15,94	10,81	32,07	289,66	4,07
2008		*ПЕЧЕНЬЕ (печенье сахарное мука высш.сорт)	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2010	96	* ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая)	150	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
Итого			320	18,26	13,75	54,53	415,57	4,08
Всего				46,66	48,21	166,69	1 295,94	31,88