

Утверждаю

МОУ СОШ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ КОМПЛЕКС № 2 "Вектор"

Директор
/Бугайчук И.А./

МЕНЮ
22 апреля 2026 г.
Сад 12 часов



| Сбор-ник реце-птур | № 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 | 35 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,75 | 3,24 | 18,83 | 124,18 | 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 | 0,04 | 5,78 | 0,06 | 52,44 | 0,00 |
| 2012 | 395 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 180 | 2,77 | 2,79 | 13,48 | 90,85 | 0,47 |
| Итого | | | 397 | 9,96 | 12,11 | 47,10 | 338,87 | 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 | 2,02 | 5,66 | 13,44 | 113,38 | 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 | 9,45 | 4,52 | 11,00 | 122,86 | 0,18 |
| 2012 | 315-211 | * РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 3,18 | 5,14 | 33,38 | 192,49 | 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 | 18,39 | 75,22 | 0,90 |
| Итого | | | 620 | 17,39 | 15,76 | 93,17 | 585,53 | 6,45 |
| 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 | 12,24 | 14,72 | 26,62 | 289,25 | 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 | 40,94 | 0,70 |
| Итого | | | 415 | 14,35 | 14,97 | 48,88 | 389,83 | 22,03 |
| Всего | | | | 46,20 | 47,81 | 196,44 | 1 407,35 | 30,28 |

Утверждаю

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



МЕНЮ
22 апреля 2026 г.
Сад 24 часа

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Вита-мин С, мг |
|-------------------|---------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|----------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле-воды, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 35 | * КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (сахар песок, вода питьевая, крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,79 | 3,25 | 19,30 | 126,28 | 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 | 0,04 | 5,89 | 0,06 | 53,43 | 0,00 |
| 2012 | 395 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 180 | 2,81 | 2,79 | 13,87 | 92,64 | 0,47 |
| Итого | | | 397 | 10,04 | 12,23 | 47,96 | 343,75 | 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 | 5,92 | 13,62 | 116,47 | 5,35 |
| 2010 | 272 | * БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, соль йодированная, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности) | 70 | 9,43 | 5,23 | 11,19 | 129,96 | 0,18 |
| 2012 | 315-211 | * РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое) | 130 | 3,20 | 5,03 | 33,55 | 192,21 | 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 | 18,74 | 76,65 | 0,90 |
| Итого | | | 620 | 17,40 | 16,62 | 94,06 | 596,87 | 6,43 |
| 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 | 12,20 | 15,37 | 26,70 | 295,38 | 21,38 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 26 | 2,06 | 0,26 | 12,63 | 61,20 | 0,00 |
| 2012 | 393 | * ЧАЙ С ЛИМОНОМ СЛАДКИЙ (сахар песок, лимон, вода питьевая, чай черный байховый) | 180/7/3 | 0,13 | 0,00 | 9,98 | 41,15 | 0,71 |
| Итого | | | 416 | 14,39 | 15,63 | 49,31 | 397,73 | 22,09 |
| Ужин | | | | | | | | |
| 2010 | 96 | * ЧАЙ (чай черный байховый, вода питьевая) | 180 | 0,09 | 0,00 | 0,17 | 1,03 | 0,02 |
| 2010 | 36 | * КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, крупа ячневая, соль йодированная, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 180 | 4,97 | 3,75 | 19,61 | 132,98 | 0,59 |
| Итого | | | 360 | 5,06 | 3,75 | 19,78 | 134,01 | 0,61 |
| Всего | | | | 51,39 | 53,20 | 218,40 | 1 565,48 | 30,93 |

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
22 апреля 2026 г.
Ясли 12 часов



| 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 (крупа пшеничная полтавская, соль йодированная, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности) | 150 | 3,94 | 2,69 | 15,46 | 102,43 | 0,42 |
| 2008 | | *БАТОН (*батон пшеничный йодированный) | 25 | 2,00 | 0,25 | 12,28 | 59,50 | 0,00 |
| 2012 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (масло сладко-сливочное несоленое) | 7 | 0,04 | 5,78 | 0,06 | 52,36 | 0,00 |
| 2012 | 395 | *КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 3,2% жирности, вода питьевая) | 150 | 2,31 | 2,33 | 11,24 | 75,71 | 0,39 |
| Итого | | | 332 | 8,29 | 11,05 | 39,04 | 290,00 | 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 | 1,53 | 4,30 | 10,15 | 85,86 | 4,04 |
| 2010 | 272 | * БИТОЧКИ ИЗ РЫБЫ (рыба минтай филе, масло подсолнечное рафинированное, *батон пшеничный йодированный, соль йодированная, сухари панировочные, молоко пастер. 3,2% жирности) | 60 | 8,05 | 3,83 | 9,51 | 104,87 | 0,16 |
| 2012 | 315-211 | * РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сладко-сливочное несоленое) | 110 | 2,72 | 4,40 | 28,46 | 164,18 | 0,00 |
| 2008 | | *ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной) | 33 | 2,18 | 0,29 | 13,99 | 67,31 | 0,00 |
| 2010 | 94 | * НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (сахар песок, вода питьевая, яблоки) | 150 | 0,07 | 0,07 | 15,31 | 62,61 | 0,74 |
| Итого | | | 503 | 14,55 | 12,89 | 77,42 | 484,83 | 4,94 |
| 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) | 180 | 11,06 | 13,50 | 24,25 | 263,94 | 19,26 |
| 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 | 0,09 | 0,00 | 7,98 | 32,85 | 0,58 |
| Итого | | | 360 | 12,75 | 13,70 | 42,05 | 344,39 | 19,84 |
| Всего | | | | 39,53 | 41,99 | 164,89 | 1 200,70 | 26,32 |