

Утверждаю

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

МЕНЮ
29 мая 2026 г.
Ясли 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	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *крупа манная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	3,86	2,76	16,04	104,47	0,44
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	2,30	2,47	11,78	79,12	0,42
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	25	2,00	0,25	12,28	59,50	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			332	8,23	11,29	40,17	295,59	0,86
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	77	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.))	150	2,40	2,54	11,60	79,03	5,76
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (*капуста белокочанная, *крупа рисовая, *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *морковь, * свинина б/к)	150	15,11	33,03	21,12	176,04	16,92
2008		*ХЛЕБ РЖАНОЙ (*хлеб ржаной)	33	2,18	0,29	13,95	67,14	0,00
2010	94	* НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (*сахар песок, вода питьевая, *яблоки)	150	0,07	0,07	15,33	62,71	0,76
Итого			483	19,76	35,93	62,00	384,92	23,43
Упполдник								
2010	96	* ЧАЙ (*чай, вода питьевая)	150	0,06	0,00	0,12	0,70	0,01
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	150	4,70	5,06	14,95	125,26	0,62
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (*мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,71	4,22	29,71	171,58	0,02
Итого			350	8,47	9,28	44,78	297,54	0,63
Всего				36,98	57,02	159,69	1 039,15	37,9

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.

Утверждаю

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

Директор

МЕНЮ
29 мая 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	31	*КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ (вода питьевая, *крупа манная, *сахар песок, *соль йодированная, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	4,62	3,29	19,22	125,27	0,52
2008		*БАТОН (*батон пшеничный йодированный)	30	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00
2010	97	*ЧАЙ С САХАРОМ ,МОЛОКОМ (вода питьевая, *сахар песок, *чай , *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	2,76	2,96	14,18	95,08	0,52
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) (*масло сладко-сливочное несоленое)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
Итого			397	9,85	12,36	48,20	344,25	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО (*яблоки)	130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Итого			130	0,52	0,52	12,74	61,11	13,00
Обед								
2012	77	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ (*картофель, *морковь, *лук репчатый, *масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, *яйца куриные (шт.))	200	3,22	3,49	15,46	106,43	7,68
2012	297	* ГОЛУБЦЫ С МЯСОМ И РИСОМ (*капуста белокочанная, *крупа рисовая , *лук репчатый, *масло сладко-сливочное несоленое, *морковь, * свинина б/к)	180	18,10	39,64	25,33	211,13	20,31
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	75,26	0,90
Итого			600	24,06	43,57	76,14	474,40	28,89
Уплполдник								
2010	14	* СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (вода питьевая, *соль йодированная, *сахар песок, *масло сладко-сливочное несоленое, *макаронные изделия- высший сорт, *молоко пастер. 3,2% жирности)	180	5,62	6,12	17,87	150,20	0,75
2010	96	* ЧАЙ (*чай , вода питьевая)	180	0,07	0,00	0,15	0,85	0,02
2012	474	* БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ (*мука пшеничная высш. сорт, *сахар песок, *яйца куриные (шт.), *дрожжи, *соль йодированная, вода питьевая, *масло сладко-сливочное несоленое, *молоко пастер. 3,2% жирности)	50	3,68	4,20	29,71	171,01	0,02
Итого			410	9,37	10,32	47,73	322,06	0,79
Всего				43,80	66,77	184,81	1 201,82	43,72

Ст медсестра

Перевозчикова Н.А.