



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для горячего питания в ГБОУ ООШ № 5, 12, 23

ВТОРНИК
14 октября 2025 г.

Дис № 5 "Зернышко"

№ Рец	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход блюда, гр	Энергети ческая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр		
					Белки	Жиры	Угле ды
	ВТОРНИК						
	1-ый завтрак						
175	Каша жидкая молочная рис, пшено с маслом	18,69	205,00	279,54	5,66	10,41	40,49
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
15	Сыр	8,71	10	36	2,32	2,95	0
Н	Хлеб пшеничный	2,88	30	70,14	2,37	0,30	0,63
	2-ой завтрак						
386	Снежок	13,35	150	75,00	4,35	3,75	6,00
	Обед						
98	Суп из овощей с курицей	18,13	200	61,00	1,18	3,94	4,88
107	Фрикадельки рыбные с соусом	26,49	75	82,5	12,57	2,65	1,06
312	Пюре картофельное с маслом	11,63	100	91,5	2,04	3,2	13,63
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	4,60	2/30	70,14	2,37	0,30	0,63
	Уплотненный полдник						
406	Пирожок с картофелем	7,98	75	184,5	9,45	4,27	27,22
24	Салат огурцы, помидоры	14	60	42,36	0,57	3,64	1,83
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
	Итого стоимость дня, выход	141,64	1600	1268,78	43,84	39,18	249,72

+