



Утверждаю
ООО «Шпик»

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для горячего питания в ГБОУ ООШ № 12 Д/С «Зернышко»,
ГБОУ ООШ № 23, ГБОУ ООШ № 5

СРЕДА
01 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход блюда, гр	Энергетиче- ская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	СРЕДА						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная геркулесовая с маслом	18,38	200	308,18	7,90	10,08	46,50
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30	0,63
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
	2-ой завтрак						
386	Ряженка	13,50	150	75,00	4,35	3,75	4,15
	Обед						
112	Суп с макаронными изделиями с курицей	10,71	200	93,60	1,90	4,06	10,40
278	Тефтели из говядины	27,33	40	57,10	2,96	3,28	3,90
312	Пюре картофельное	11,63	100	91,5	2,04	3,2	13,63
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	20,03	0,44	1,25	1,76
388	Компот из шиповника	6,60	150	66,15	0,51	0,21	15,57
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30	0,63
	Уплотненный полдник						
399	Блинчики со сгущ. молоком	22,69	10/80	147,34	4,35	2,48	26,98
375	Чай с сахаром	2,15	215	3,01	0,43	0,11	0,09
338	Фрукт 1 шт.	20,00	60	56,40	0,72	0,48	10,74
	Итого стоимость дня, выход	151,21	1540	1146,74	30,51	33,16	195,68