



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для горячего питания в ГБОУ ООШ № 12 ДС Зернышко
ЧЕТВЕРГ
02 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход блюда, гр	Энергетиче ская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр		
					Белки	Жиры	Углев. ды
	ЧЕТВЕРГ						
	1-й завтрак						
181	Каша жидкая манная (с маслом и сахаром)	17,64	150	198,41	4,17	7,3	28,88
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95	0
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,30	0,63
	2-ой завтрак						
350	Кисель	5,80	150	83,70	0,06	0,03	17,28
	Обед						
112	Суп гороховый с курицей	11,72	200	118,60	4,40	4,22	13,22
294	Котлета куриная с соусом	28,06	75	123,00	6,34	7,39	7,77
171	Ячка отварная	3,02	100	188,24	5,21	5,62	29,32
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30	0,63
	Уплотненный полдник						
24	Винегрет	14,00	100	42,36	0,57	3,64	1,83
Н	Печенье	4,00	20	82,90	1,67	2,6	10,4
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
Н	Хлеб пшеничный	2,45	30	70,14	2,37	0,30	0,63
	Итого стоимость дня, выход	119,89	1550	1169,65	32,81	38,90	263,94