



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

ПЯТНИЦА
03 октября 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход блюда, гр	Энергетиче- ская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр		
					Белки	Жиры	Углеводы
	ПЯТНИЦА						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная пшеничная с маслом сливочным	18,54	200	320	7,86	10,06	49,36
378	Чай с молоком	4,18	200	75,34	1,42	1,26	14,8
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						
388	Напиток из плодов шиповника	6,60	150	66,15	0,51	0,21	15,57
	Обед						
96	Рассольник Ленинградский с курицей	13,31	200	85,80	1,62	4,08	9,58
290	Курица тушеная в соусе	27,82	50	75,00	5,89	5,06	1,47
309	Макаронные изделия отварные	4,33	100	112,3	3,68	3,01	17,63
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						
210	Омлет	18,36	53	102,35	4,93	8,78	0,94
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
20	Салат из капусты	10,00	60	39,96	0,45	3,61	1,41
	Итого стоимость дня, выход	127,49	1553	884,55	34,30	40,71	205,37