



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

ЧЕТВЕРГ
 09 июля 2026 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетич еская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ЧЕТВЕРГ						
	1-ый завтрак						
174	Каша молочная ячневая с маслом	18,74	205	334	6,01	10,85	52,93
41	Масло сливочное	7,36	5	33	0,04	3,63	0,07
379	Кофейный напиток с молоком	10,41	200	100,6	3,16	2,68	15,94
Н	Батон	4,14	30	70,14	2,37	0,3	0,63
	2-ой завтрак						
345	Компот из свежих ягод	8,09	150	91,95	0,39	0,14	21,65
	Обед						
104	Суп с мясными фрикадельками	19,22	200	84,8	1,76	2,22	12,32
268	Котлета из говядины	40,54	50	131	8,27	10,02	8,79
202	Макаронные изделия отварные	5,43	100	104,2	3,77	0,45	21,28
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	80,1	1,76	5	7,02
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,8	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	5,12	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	Уплотненный полдник						
66	Салат из моркови с изюмом	7,77	50	95,3	1,26	0,13	22,28
434	Булочка молочная	5,9	50	121	4,64	0,99	23,45
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Кондитерское изделие. 1 шт.	13,40	20	40	1,2	4	4
	Итого стоимость дня, выход	157,13	1560	1619,18	214,33	41,11	238,65

4