Согласовано

Утверждаю

ООО «ШиК»

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

ПЯТНИЦА
09 октября 2026 г.

№ рец.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход, гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углеводы
	ПЯТНИЦА						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная геркулесовая с маслом	21.81	202	352	8.65	11.07	54.3
41	Масло сливочное	7.36	5	33	0.04	3.63	0.07
Н	Батон	4.14	30	70.14	2.37	0.3	0.63
376	Чай с сахаром	2.15	215	60.01	0.06	0.02	15.01
15	Сыр	11.03	10	36	2.32	2.95	0
	2-ой завтрак						
386	Варенец	14.4	150	75	4.35	3.75	6
	Обед						
82	Борщ с курицей	15.40	200	124.5	2.16	5.91	13.11
229	Рыба тушеная с овощами	31.08	70	77.7	7.71	3.54	2.66
302	Рис отварной	5.92	100	162.5	5.73	4.06	25.76
Н	Хлеб пшеничный	5.12	60	140.28	4.74	0.6	1.26
349	Компот из сухофруктов	5.92	200	132.8	0.66	0.08	32.02
	Уплотненный полдник						
406	Пирожок с картофелем	8.72	50	179	9.13	3.82	27
28	Салат из моркови	9.05	100	41.04	1.06	3.44	1.46
376	Чай с сахаром	2.15	215	60.01	0.06	0.02	15.01
	Итого стоимость дня	**144,25**	**1635**	**1543,98**	**49,04**	**43,46**	**194,29**