



Утверждаю

ООО «ШяК»

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

ЧЕТВЕРГ
11 декабря 2025 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход, гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ЧЕТВЕРГ						
	1-й завтрак						
120	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом	15,89	250	150	5,48	4,75	17,95
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
41	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95	0
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
	2-ой завтрак						
338	Фрукт	30	100	94	1,22	0,8	17,9
	Обед						
96	Рассольник Ленинградский с курицей	13,31	200	128,7	2,43	6,12	14,37
261	Печень по-строгановски	33,01	75	119,25	9,5	6,57	2,86
302	Пшено отварное	3,23	100	162,5	5,73	4,06	25,76
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,8	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	Уплотненный полдник						
404	Оладьи из творога со сметаной	11,76	50/10	102	5,54	5,01	8,63
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
	Итого стоимость дня	140,4	1520	1283,83	40,22	34,92	197,09

7