



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

ПОНЕДЕЛЬНИК
14 сентября 2026 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	1-ый завтрак						
173	Каша молочная геркулесовая с маслом	21,81	202	352	8,65	11,07	54,3
382	Какао с молоком	13,06	200	118,6	4,08	3,54	17,58
Н	Батон	4,14	30	70,14	2,37	0,3	0,63
41	Масло сливочное	7,36	5	33	0,04	3,63	0,07
	2-ой завтрак						
389	Сок фруктовый	7,5	150	247,5	15	1,5	43,5
	Обед						
101	Суп с рыбными консервами	25,23	200	102,9	2,37	3,24	14,52
243	Сосиска отварная	30,34	50	164	5,55	15,55	0,25
302	Каша гречневая рассыпчатая	7,89	100	162,5	5,73	4,06	25,76
331	Соус сметанный с томатом	2,66	25	80,1	176	5	7,02
349	Компот из сухофруктов	5,92	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						
202	Макаронные изделия отварные	2,89	50	52,1	1,885	0,225	10,64
73	Икра кабачковая	5,39	20	26,76	0,55	1,44	2,91
Н	Хлеб пшеничный	2,56	30	70,14	2,37	0,3	0,63
376	Чай с сахаром	2,36	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Печенье	4,0	20	82,9	1,67	2,6	10,4
	Итого стоимость дня, выход	148,23	1560	1895,73	231,725	53,155	236,50

✓