Согласовано
ст. воспитатель
Иванова 10.11.25

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

СРЕДА
14 октября 2026 г.

№ рец.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход, гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углеводы
	СРЕДА						
	1-ый завтрак						
173	Каша молочная пшеничная (с маслом)	21,65	202	352	8,65	11,07	54,3
41	Масло сливочное	7,36	5	33	0,04	3,63	0,07
376	Чай с сахаром	2,36	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Батон	4,14	30	70,14	2,37	0,3	0,63
15	Сыр	11,03	10	36	2,32	2,95	0
	2-ой завтрак						
386	Ряженка	14,25	150	75	4,35	3,75	6
	Обед						
88	Щи с курицей	15,11	200	107,7	2,13	5,94	9,48
291	Плов из курицы	36,07	125	229	12,71	7,85	26,81
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						
210	Омлет	22,13	53	112	5,39	9,6	1,02
376	Чай с сахаром	2,36	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Хлеб пшеничный	2,56	30	70,14	2,37	0,3	0,63
338	Фрукт	20	100	94	1,2	0,8	17,9
	Итого стоимость дня, выход	**170,06**	**1598**	**1572,08**	**47,05**	**46,91**	**180,14**