Согласовано
от воспитателя
Иванова М.А.

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

ЧЕТВЕРГ
15 октября 2026 г.

№ рец.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход, гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углеводы
	ЧЕТВЕРГ						
	1-ый завтрак						
174	Каша молочная ячневая с маслом	21.41	202	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	14.45	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	8.56	150	91.95	0.39	0.14	21.65
	Обед						
104	Суп с мясными фрикадельками	20.97	200	84.8	1.76	2.22	12.32
268	Котлета из говядины	39.40	50	131	8.27	10.02	8.79
202	Макаронные изделия отварные	5.78	100	104.2	3.77	0.45	21.28
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						
66	Салат из моркови с изюмом	8.53	50	95.3	1.26	0.13	22.28
434	Булочка молочная	6.60	50	121	4.64	0.99	23.45
376	Чай с сахаром	2.36	215	60.01	0.06	0.02	15.01
	Итого стоимость дня, выход	**153,26**	**1540**	**1579,40**	**213,13**	**37,11**	**234,65**