



**ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
для горячего питания в ГБОУ ООШ № 12 «Зернышко»

**ПЯТНИЦА**  
**15 августа 2025 г.**

| №<br>Рец | Наименование блюда                          | Цена,<br>руб. | Выход<br>блюда, гр | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал. | Пищевые вещества, гр |              |               |
|----------|---------------------------------------------|---------------|--------------------|--------------------------------------|----------------------|--------------|---------------|
|          |                                             |               |                    |                                      | Белки                | Жиры         | Углево<br>ды  |
|          | <b>ПЯТНИЦА</b>                              |               |                    |                                      |                      |              |               |
|          | <b>1-й завтрак</b>                          |               |                    |                                      |                      |              |               |
| 174      | Каша молочная кукурузная с маслом сливочным | 20,03         | 205,00             | 311,23                               | 5,6                  | 10,11        | 49,32         |
| 376      | Чай с сахаром                               | 2,15          | 215                | 55,15                                | 0,13                 | 0,03         | 60,63         |
| 14       | Масло сливочное                             | 4,61          | 5                  | 33                                   | 0,04                 | 3,63         | 0,07          |
| Н        | Хлеб пшеничный                              | 2,88          | 30,00              | 70,14                                | 2,37                 | 0,30         | 0,63          |
|          | <b>2-ой завтрак</b>                         |               |                    |                                      |                      |              |               |
| 350      | Кисель                                      | 5,80          | 150                | 83,70                                | 0,06                 | 0,03         | 17,28         |
|          | <b>Обед</b>                                 |               |                    |                                      |                      |              |               |
| 112      | Суп гороховый с курицей                     | 11,72         | 200                | 118,60                               | 4,40                 | 4,22         | 13,22         |
| 294      | Котлета куриная с соусом                    | 28,06         | 75                 | 123,00                               | 6,34                 | 7,39         | 7,77          |
| 171      | Пшено отварное                              | 3,23          | 100                | 108,24                               | 5,21                 | 5,62         | 29,32         |
| Н        | Хлеб пшеничный                              | 4,60          | 2/30               | 70,14                                | 2,37                 | 0,30         | 0,63          |
| 349      | Компот из сухофруктов                       | 6,27          | 200                | 132,80                               | 0,66                 | 0,08         | 32,02         |
|          | <b>Уплотненный полдник</b>                  |               |                    |                                      |                      |              |               |
| 399      | Блинчики со сгущ. молоком                   | 8,62          | 10/80              | 147,34                               | 4,35                 | 2,48         | 26,98         |
| 376      | Чай с сахаром                               | 2,15          | 215                | 55,15                                | 0,13                 | 0,03         | 60,63         |
| 389      | Сок фруктовый                               | 23            | 200                | 250                                  | 18                   | 1,8          | 45            |
|          | <b>Итого стоимость дня, выход</b>           | <b>123,12</b> | <b>1745</b>        | <b>1558,49</b>                       | <b>49,66</b>         | <b>36,02</b> | <b>343,50</b> |