



**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**  
 17 сентября 2026 г.

| №<br>реп. | Наименование блюда                | Цена,<br>руб. | Выход<br>, гр. | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал. | Пищевые вещества, гр. |              |               |
|-----------|-----------------------------------|---------------|----------------|--------------------------------------|-----------------------|--------------|---------------|
|           |                                   |               |                |                                      | Белки                 | Жиры         | Углевод<br>ы  |
|           | <b>ЧЕТВЕРГ</b>                    |               |                |                                      |                       |              |               |
|           | <b>1-ый завтрак</b>               |               |                |                                      |                       |              |               |
| 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          |
|           | <b>2-ой завтрак</b>               |               |                |                                      |                       |              |               |
| 345       | Компот из свежих ягод             | 8,56          | 150            | 91,95                                | 0,39                  | 0,14         | 21,65         |
|           | <b>Обед</b>                       |               |                |                                      |                       |              |               |
| 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          |
|           | <b>Уплотненный полдник</b>        |               |                |                                      |                       |              |               |
| 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         |
|           | <b>Итого стоимость дня, выход</b> | <b>153,26</b> | <b>1540</b>    | <b>1579,40</b>                       | <b>213,13</b>         | <b>37,11</b> | <b>234,65</b> |

✓