



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
17 декабря 2025 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетич еская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	СРЕДА						
	1-ый завтрак						
173	Каша молочная пшеничная (с маслом)	20,03	205	352	8,65	11,07	54,3
41	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
15	Сыр	8,71	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	10,49	200	107,7	2,13	5,94	9,48
291	Плов из курицы	26,33	125	229	12,71	7,85	26,81
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,8	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	Уплотненный полдник						
210	Омлет	18,36	53	112	5,39	9,6	1,02
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Хлеб пшеничный	2,45	30	70,14	2,37	0,3	0,63
71	Огурец свежий	6,25	20	2,4	0,14	0,02	0,38
338	Фрукт	20	100	94	1,2	0,8	17,9
	Итого стоимость дня, выход	150,92	1618	1574,48	47,19	46,93	180,52

4