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

ПОНЕДЕЛЬНИК
19 октября 2026 г.

№ рец.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход, гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углеводы
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	1-й завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	21,65	202	290,99	6,12	10,71	42,35
Н	Батон	4,14	30	70,14	2,37	0,3	0,63
382	Какао с молоком	13,06	200	118,6	4,08	3,54	17,58
41	Масло сливочное	7,36	5	33	0,04	3,63	0,07
15	Сыр	11,03	10	36	2,32	2,95	0
	2-ой завтрак						
389	Сок фруктовый	7,5	150	247,5	15	1,5	43,5
	Обед						
103	Суп с говядиной тушеной	22,75	200	113,52	2,59	2,74	16,75
243	Сосиска отварная	30,34	50	164	5,55	15,55	0,25
202	Макаронные изделия отварные	5,78	100	104,20	3,77	0,45	21,28
331	Соус сметанный с томатом	2,66	25	80,1	176	5	7,02
Н	Хлеб пшеничный	5,12	60	140,28	4,74	0,6	1,26
349	Компот из сухофруктов	5,92	200	132,8	0,66	0,08	32,02
	Уплотненный полдник						
37	Салат из картофеля с огурцом	11,46	50	110,9	1,36	7,94	8,51
Н	Хлеб пшеничный	2,56	30	70,14	2,37	0,3	0,63
Н	Печенье	4,0	20	82,9	1,67	2,6	10,4
376	Чай с сахаром	2,36	215	60,01	0,06	0,02	15,01
	Итого стоимость дня, выход	**157,69**	**1550**	**1855,08**	**228,7**	**57,91**	**217,26**