Согласовано

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
22 октября 2026 г.

№ рец.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход, гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углеводы
	ЧЕТВЕРГ						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная геркулесовая с маслом	21.81	202	352	8.65	11.07	54.3
376	Чай с сахаром	2.36	215	60.01	0.06	0.02	15.01
41	Масло сливочное	7.36	5	33	0.04	3.63	0.07
Н	Батон	4.14	30	70.14	2.37	0.3	0.63
	2-ой завтрак						
386	Варенец	14.25	150	75	4.35	3.75	6
	Обед						
108	Суп с клецками с курицей	16.50	200	144.25	3.55	4.6	18.8
279	Тефтели из говядины	26.23	40	142	7.46	8.29	9.44
312	Пюре картофельное	15.63	100	91.5	2.04	3.2	13.63
331	Соус сметанный с томатом	2.66	25	80.1	176	5	7.02
349	Компот из сухофруктов	5.92	200	60.01	0.06	0.02	15.01
Н	Хлеб пшеничный	5.12	60	140.28	4.74	0.6	1.26
	Уплотненный полдник						
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
Н	Фрукт апельсин	20	130	94	1.2	0.8	17.9
	Итого стоимость дня, выход	**150,94**	**1625**	**1523,30**	**215,22**	**42,29**	**197,53**