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**

**ПЯТНИЦА**

**23 октября 2026 г.**

| № рец. | Наименование блюда | Цена, руб. | Выход, гр. | Энергетическая ценность, ккал. | Пищевые вещества, гр. | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | Белки | Жиры | Углеводы |
| | **ПЯТНИЦА** | | | | | | |
| | **1-й завтрак** | | | | | | |
| 173 | Каша молочная пшенная с маслом | 22.48 | 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** | | | | | | |
| 389 | Сок фруктовый | 7.5 | 150 | 247.5 | 15 | 1.5 | 43.5 |
| | **Обед** | | | | | | |
| 112 | Суп с макаронными изделиями с курицей | 13.74 | 200 | 109 | 2.57 | 2.78 | 15.7 |
| 290 | Курица тушеная в соусе | 30.29 | 50 | 150 | 11.78 | 10.12 | 2.93 |
| 202 | Макаронные изделия отварные | 5.78 | 100 | 104.2 | 3.77 | 0.45 | 21.28 |
| 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** | | | | | | |
| 404 | Оладьи с творогом с йогуртом | 18.27 | 20/60 | 102 | 5.54 | 5.01 | 8.63 |
| 376 | Чай с сахаром | 2.36 | 215 | 60.01 | 0.06 | 0.02 | 15.01 |
| | **Итого стоимость дня, выход** | **125,32** | **1490** | **1560,94** | **55,24** | **35,58** | **204,34** |