



**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**  
 25 марта 2026 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетич еская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Угледо ды
	<b>СРЕДА</b>						
	<b>1-ый завтрак</b>						
173	Каша молочная пшеничная (с маслом)	19,10	205	352	8,65	11,07	54,3
41	Масло сливочное	7,36	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	4,14	30	70,14	2,37	0,3	0,63
15	Сыр	11,03	10	36	2,32	2,95	0
	<b>2-ой завтрак</b>						
386	Ряженка	14,25	150	75	4,35	3,75	6
	<b>Обед</b>						
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	5,12	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	<b>Уплотненный полдник</b>						
210	Омлет	19,46	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	2,56	30	70,14	2,37	0,3	0,63
338	Фрукт	20	100	94	1,2	0,8	17,9
	<b>Итого стоимость дня, выход</b>	<b>150,41</b>	<b>1598</b>	<b>1572,08</b>	<b>47,05</b>	<b>46,91</b>	<b>180,14</b>