



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

26 марта 2026 г.

| № рец. | Наименование блюда | Цена, руб. | Выход , гр. | Энергетич еская ценность, ккал. | Пищевые вещества, гр. | | |
|-----------|-----------------------------------|---------------|----------------|--|-----------------------|--------------|---------------|
| | | | | | Белки | Жиры | Углевод ы |
| | ЧЕТВЕРГ | | | | | | |
| | 1-ый завтрак | | | | | | |
| 174 | Каша молочная ячневая с маслом | 18,74 | 205 | 334 | 6,01 | 10,85 | 52,93 |
| 41 | Масло сливочное | 7,36 | 5 | 33 | 0,04 | 3,63 | 0,07 |
| 379 | Кофейный напиток с молоком | 10,41 | 200 | 100,6 | 3,16 | 2,68 | 15,94 |
| Н | Батон | 4,14 | 30 | 70,14 | 2,37 | 0,3 | 0,63 |
| | 2-ой завтрак | | | | | | |
| 345 | Компот из свежих ягод | 8,09 | 150 | 91,95 | 0,39 | 0,14 | 21,65 |
| | Обед | | | | | | |
| 104 | Суп с мясными фрикадельками | 19,22 | 200 | 84,8 | 1,76 | 2,22 | 12,32 |
| 268 | Котлета из говядины | 40,54 | 50 | 131 | 8,27 | 10,02 | 8,79 |
| 202 | Макаронные изделия отварные | 5,43 | 100 | 104,2 | 3,77 | 0,45 | 21,28 |
| 331 | Соус сметанный с томатом | 2,59 | 25 | 80,1 | 176 | 5 | 7,02 |
| 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 |
| | Уплотненный полдник | | | | | | |
| 66 | Салат из моркови с изюмом | 7,77 | 50 | 95,3 | 1,26 | 0,13 | 22,28 |
| 434 | Булочка молочная | 5,9 | 50 | 121 | 4,64 | 0,99 | 23,45 |
| 376 | Чай с сахаром | 2,15 | 215 | 60,01 | 0,06 | 0,02 | 15,01 |
| Н | Кондитерское изделие, 1 шт. | 13,40 | 20 | 40 | 1,2 | 4 | 4 |
| | Итого стоимость дня, выход | 157,13 | 1560 | 1619,18 | 214,33 | 41,11 | 238,65 |

4