



ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ
для питания в виде горячего питания в ГБОУ ООШ № 12 Д/С «Зернышко»

ПОНЕДЕЛЬНИК
28 июля 2025 г.

№ Рец	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход блюда, гр	Энергетиче- ская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр		
					Белки	Жиры	Углево- ды
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная пшеничная (с маслом)	18,00	200	308,18	249,12	10,08	46,50
Н	Хлеб пшеничный	3,06	30	70,14	2,37	0,30	0,63
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
14	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
	2-ой завтрак						
389	Сок фруктовый	7,50	150	247,50	15	1,5	43,50
	Обед						
101	Суп с рыбными консервами	22,01	200	84,80	1,76	2,22	12,32
243	Сосиска отварная	25,50	50	149,09	5,05	14,14	0,23
302	Каша гречневая рассыпчатая	5,25	100	162,5	5,73	4,06	25,76
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	20,03	0,44	1,25	1,76
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,80	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	4,90	2/30	70,14	2,37	0,30	0,63
	Уплотненный полдник						
410	Ватрушка с творогом	11,85	50	140,28	6,41	3,81	20,27
376	Чай с сахаром	2,15	215	55,15	0,13	0,03	60,63
338	Фрукт, 1 шт.	20,00	60	56,40	0,72	0,48	10,74
	Итого стоимость дня , выход	135,84	1560	1585,16	289,93	41,91	315,69