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
30 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	352,00	8,65	11,07	54,30
378	Чай с молоком	5,30	200	80,99	1,53	1,35	15,91
41	Масло сливочное	7,36	5	33,00	0,04	3,63	0,07
Н	Батон	4,14	30	70,14	2,37	0,30	0,63
	2-ой завтрак						
388	Напиток из плодов шиповника	8,81	150	88,20	0,68	0,28	20,76
	Обед						
96	Рассольник Ленинградский с курицей	19,68	200	128,70	2,43	6,12	14,37
290	Курица тушеная в соусе	30,29	50	150,00	11,78	10,12	2,93
202	Макаронные изделия отварные	5,78	100	104,20	3,77	0,45	21,28
349	Компот из сухофруктов	5,92	200	132,80	0,66	0,08	32,02
Н	Хлеб пшеничный	5,12	60	140,28	4,74	0,60	1,26
	Уплотненный полдник						
210	Омлет	22,13	53	112,00	5,39	9,60	1,02
376	Чай с сахаром	2,36	215	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Хлеб пшеничный	2,56	30	70,14	2,37	0,30	0,63
45	Салат из капусты	5,37	60	39,96	0,45	3,61	1,41
	Итого стоимость дня, выход	**147,30**	**1 558,00**	**1 562,42**	**44,92**	**47,53**	**181,60**