



**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 января 2026 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	<b>ПЯТНИЦА</b>						
	<b>1-й завтрак</b>						
174	Каша молочная кукурузная с маслом	23,59	205	334	6,01	10,85	52,93
376	Чай с сахаром	2,15	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
	<b>2-ой завтрак</b>						
350	Кисель	5,8	150	83,7	0,06	0,03	17,28
	<b>Обед</b>						
102	Суп гороховый с курицей	11,72	200	118,6	4,4	4,22	13,22
295	Котлета куриная с соусом	28,06	75	152	8,04	9,07	9,5
302	Пшено отварное	4,33	100	162,5	5,73	4,06	25,76
Н	Хлеб пшеничный	5,12	60	140,28	4,74	0,6	1,26
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,8	0,66	0,08	32,02
	<b>Уплотненный полдник</b>						
399	Блинчики со сгущ. молоком	8,62	80/10	221	6,52	3,71	40,46
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
389	Сок фруктовый	23	200	250	18	1,8	45
	<b>Итого стоимость дня, выход</b>	<b>132,31</b>	<b>1745</b>	<b>1818,04</b>	<b>56,69</b>	<b>38,39</b>	<b>268,15</b>

+