



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

ПОНЕДЕЛЬНИК

24 ноября 2025 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетич еская ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ПОНЕДЕЛЬНИК						
	1-й завтрак						
181	Каша молочная манная с маслом	17,64	205	290,99	6,12	10,71	42,35
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
382	Какао с молоком	9,49	200	118,6	4,08	3,54	17,58
41	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95	0
	2-ой завтрак						
389	Сок фруктовый	7,5	150	247,5	15	1,5	43,5
	Обед						
103	Суп с говядиной тушеной	18,23	200	113,52	2,59	2,74	16,75
243	Сосиска отварная	25,5	50	164	5,55	15,55	0,25
202	Макаронные изделия отварные	4,33	100	104,20	3,77	0,45	21,28
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	80,1	1,76	5	7,02
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,8	0,66	0,08	32,02
	Уплотненный полдник						
37	Салат из картофеля с огурцом	6,37	50	110,9	1,36	7,94	8,51
Н	Хлеб пшеничный	2,45	30	70,14	2,37	0,3	0,63
Н	Печенье	4,0	20	82,9	1,67	2,6	10,4
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
338	Фрукт	20	100	94	1,2	0,8	3,58
	Итого стоимость дня, выход	149,15	1650	1949,08	229,9	58,71	220,84

Согласовано



Утверждаю

ООО «ШНК»

**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

ВТОРНИК
25 ноября 2025 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ВТОРНИК						
	1-ый завтрак						
174	Каша молочная рисовая с маслом	19,81	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	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
	2-ой завтрак						
350	Кисель	5,34	150	83,7	0,06	0,03	17,28
	Обед						
82	Борщ с курицей	12,88	200	124,5	2,16	5,91	13,11
302	Каша гречневая рассыпчатая	5,25	100	162,5	5,73	4,06	25,76
295	Котлета куриная с соусом	28,06	75	152	8,04	9,07	9,5
388	Напиток из плодов шиповника	6,6	150	88,2	0,68	0,28	20,76
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	Уплотненный полдник						
210	Омлет	18,36	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	2,45	30	70,14	2,37	0,3	0,63
71	Помидора свежая	7,82	20	4,4	0,22	0,04	0,76
	Итого стоимость дня, выход	124,35	1508	1494,88	37,93	44,71	173,73

Согласовано



Утверждаю

ООО «ШНК»

**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**26 ноября 2025 г.**

	СРЕДА						
	1-й завтрак						
120	Суп молочный с макаронными изделиями с маслом	15,89	250	150	5,48	4,75	17,95
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
41	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95	0
	2-ой завтрак						
386	Снежок	14,25	150	75	4,35	3,75	6
	Обед						
96	Рассольник Ленинградский с курицей	13,31	200	128,7	2,43	6,12	14,37
234	Биточки рыбные с соусом	26,64	75	122	7,24	6,36	9,03
199	Пюре гороховое	3,7	100	169,99	9,31	4,57	22,17
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	116,6	0,44	0,16	28,2
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	Уплотненный полдник						
420	Колбаса запеченная в тесте	19,4	50	271	9,6	13,84	26,9
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
389	Сок 200 гр коробочка	23	200	250	18	1,8	45
	Итого стоимость дня, выход	149,39	1760	1682,73	66,44	48,87	201,6



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
27 ноября 2025 г.

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ЧЕТВЕРГ						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная геркулесовая с маслом	18,38	205	352	8,65	11,07	54,3
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
41	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
15	Сыр	9,15	10	36	2,32	2,95	0
	2-ой завтрак						
386	Вареники	14,25	150	75	4,35	3,75	6
	Обед						
108	Суп с клецками с курицей	10,71	200	144,25	3,55	4,6	18,8
279	Тефтели из говядины	27,33	40	142	7,46	8,29	9,44
312	Пюре картофельное	11,63	100	91,5	2,04	3,2	13,63
331	Соус сметанный с томатом	2,59	25	80,1	176	5	7,02
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	60,01	0,06	0,02	15,01
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
	Уплотненный полдник						
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	Фрукт	30	130	94	1,2	0,8	17,9
	Итого стоимость дня, выход	153,99	1635	1559,3	217,54	45,24	197,53



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
28 ноября 2025 г.**

№ реп.	Наименование блюда	Цена, руб.	Выход , гр.	Энергетическая ценность, ккал.	Пищевые вещества, гр.		
					Белки	Жиры	Углевод ы
	ПЯТНИЦА						
	1-й завтрак						
173	Каша молочная пшенная с маслом	18,69	205	352	8,65	11,07	54,3
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
41	Масло сливочное	4,61	5	33	0,04	3,63	0,07
Н	Батон	3,97	30	70,14	2,37	0,3	0,63
	2-ой завтрак						
389	Сок фруктовый	7,5	150	247,5	15	1,5	43,5
	Обед						
112	Суп с макаронными изделиями с курицей	10,71	200	109	2,57	2,78	15,7
290	Курица тушеная в соусе	27,82	50	150	11,78	10,12	2,93
202	Макаронные изделия отварные	4,33	100	104,2	3,77	0,45	21,28
Н	Хлеб пшеничный	4,9	60	140,28	4,74	0,6	1,26
349	Компот из сухофруктов	6,27	200	132,8	0,66	0,08	32,02
	Уплотненный полдник						
404	Оладьи с творогом со сметаной	11,76	60	102	5,54	5,01	8,63
Н	Кондитерское изделие	12,84	20	40	1,2	4	4
376	Чай с сахаром	2,15	215	60,01	0,06	0,02	15,01
	Итого стоимость дня, выход	117,70	1510	1600,94	56,44	39,58	214,34