

Согласовано

*Зодж*

для горяче  
Д/С ГБОУ

Утверждаю

  
\_\_\_\_\_ ООО «ШИК»

О  
2 Д/С «Зерньшко»,  
Д/С «Аленушка»

ООО «ШНК»

для горячего питания в ГБОУ ООШ № 12 Д/С «Зернышко»,  
Д/С ГБОУ ООШ № 23, ГБОУ ООШ № 5 Д/С «Аленушка»  
г. Чапаевск

29 декабря 2025 г.

| №<br>реп. | Наименование блюда                 | Цена,<br>руб. | Выход,<br>гр.   | Энергетическая<br>ценность,<br>ккал. | Пищевые вещества, гр. |              |               |
|-----------|------------------------------------|---------------|-----------------|--------------------------------------|-----------------------|--------------|---------------|
|           |                                    |               |                 |                                      | Белки                 | Жиры         | Углевод<br>ы  |
|           | <b>ПОНЕДЕЛЬНИК</b>                 |               |                 |                                      |                       |              |               |
|           | <b>1-й завтрак</b>                 |               |                 |                                      |                       |              |               |
| 173       | Каша молочная пшеничная (с маслом) | 20,03         | 205             | 352                                  | 8,65                  | 11,07        | 54,3          |
| Н         | Батон                              | 3,97          | 30              | 70,14                                | 2,37                  | 0,3          | 0,63          |
| 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          |
|           | <b>2-ой завтрак</b>                |               |                 |                                      |                       |              |               |
| 389       | Сок фруктовый                      | 7,50          | 150             | 247,5                                | 15                    | 1,5          | 43,5          |
|           | <b>Обед</b>                        |               |                 |                                      |                       |              |               |
| 101       | Суп с рыбными консервами           | 22,01         | 200             | 102,9                                | 2,37                  | 3,24         | 14,52         |
| 243       | Сосиска отварная                   | 25,50         | 50              | 164                                  | 5,55                  | 15,55        | 0,25          |
| 302       | Каша гречневая рассыпчатая         | 5,25          | 100             | 162,5                                | 5,73                  | 4,06         | 25,76         |
| 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                     | 4,90          | 60              | 140,28                               | 4,74                  | 0,6          | 1,26          |
|           | <b>Уплотненный полдник</b>         |               |                 |                                      |                       |              |               |
| 410       | Ватрушка с творогом                | 11,85         | 50              | 140,28                               | 6,41                  | 3,81         | 20,27         |
| 376       | Чай с сахаром                      | 2,15          | 215             | 60,01                                | 0,06                  | 0,02         | 15,01         |
| 338       | Фрукт 1 шт.                        | 20,00         | 60              | 56,4                                 | 0,72                  | 0,48         | 10,74         |
|           | <b>Итого стоимость дня, выход</b>  | <b>138,78</b> | <b>1 565,00</b> | <b>1 801,92</b>                      | <b>228,36</b>         | <b>49,36</b> | <b>240,36</b> |



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

**ВТОРНИК**

30 декабря 2025 г.

| №<br>реп. | Наименование блюда                 | Цена,<br>руб. | Выход,<br>гр.   | Энергетиче-<br>ская<br>ценность,<br>ккал. | Пищевые вещества, гр. |              |               |
|-----------|------------------------------------|---------------|-----------------|-------------------------------------------|-----------------------|--------------|---------------|
|           |                                    |               |                 |                                           | Белки                 | Жиры         | Углевод<br>ы  |
|           | <b>ВТОРНИК</b>                     |               |                 |                                           |                       |              |               |
|           | <b>1-й завтрак</b>                 |               |                 |                                           |                       |              |               |
| 175       | Каша молочная «Дружба» с<br>маслом | 18,69         | 205             | 299,99                                    | 6,07                  | 11,18        | 43,45         |
| 41        | Масло сливочное                    | 4,61          | 5               | 33,00                                     | 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              | 36,00                                     | 2,32                  | 2,95         | 0,00          |
| Н         | Батон                              | 3,97          | 30              | 70,14                                     | 2,37                  | 0,30         | 0,63          |
|           | <b>2-ой завтрак</b>                |               |                 |                                           |                       |              |               |
|           | Снежок                             | 14,25         | 150             | 75,00                                     | 4,35                  | 3,75         | 6,00          |
|           | <b>Обед</b>                        |               |                 |                                           |                       |              |               |
| 82        | Борщ с курицей                     | 12,88         | 200             | 124,50                                    | 2,16                  | 5,91         | 13,11         |
| 268       | Шницель из говядины                | 40,54         | 50              | 131,00                                    | 8,27                  | 10,02        | 8,79          |
| 199       | Пюре гороховое                     | 3,70          | 100             | 169,99                                    | 9,31                  | 4,57         | 22,17         |
| 331       | Соус сметанный с томатом           | 2,59          | 25              | 80,10                                     | 176,00                | 5,00         | 7,02          |
| 349       | Компот из сухофруктов              | 6,27          | 200             | 132,80                                    | 0,66                  | 0,08         | 32,02         |
| Н         | Хлеб пшеничный                     | 4,90          | 60              | 140,28                                    | 4,74                  | 0,60         | 1,26          |
|           | <b>Уплотненный полдник</b>         |               |                 |                                           |                       |              |               |
| 218       | Вареники ленивые с йогуртом        | 22,69         | 80              | 124,92                                    | 10,05                 | 4,92         | 10,04         |
| 376       | Чай с сахаром                      | 2,15          | 215             | 60,01                                     | 0,06                  | 0,02         | 15,01         |
|           | <b>Итого стоимость дня, выход</b>  | <b>148,54</b> | <b>1 545,00</b> | <b>1 537,74</b>                           | <b>226,46</b>         | <b>52,95</b> | <b>174,58</b> |