

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей с ОВЗ и инвалидов 11-18 лет

16 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в граммах	цена в рублях	способ приготовления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углеводы	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
54-1о	Омлет натуральный	200	65,73	запекание	16,9	25,9	4,2	316,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	3,55	варка	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	60	5,04	нарезка	4,62	0,48	29,7	144,6
Пром	Хлеб ржаной	40	4,30	нарезка	3,16	0,88	19,4 3	89,64
Пром	Варинец	150	19,27		3	2,5	11,2	79
Пром	Апельсин	150	31,50		0,9	0,2	8,1	43
	Итого:	800	129,39		28,8 8	29,96	79,3 3	700,44
обед								
29	Салат из свеклы с яблоками	100	9,63		1,11	5,16	12,2 8	89,01
54-8с	Суп картофельный с горохом	250	7,84	варка	8,35	5,75	20,3 5	166,42
177	Бифштекс рубленый паровой	70	51,17	запекание	21,8 5	14,4	5,21	217,84
54-6г	Макароны отварные	200	12,92	варка	7,1	7,4	53,7	269,3
54-3соус	Соус красный основной	30	2,44	варка	0,9	0,81	2,67	21,93
3	Компот из яблок и лимона	200	10,57	варка	0,26	0,1	18,5 3	80,04
Пром.	Хлеб пшеничный	60	5,04	нарезка	4,62	0,48	29,7	144,6
Пром	Хлеб ржаной	40	4,30	нарезка	3,16	0,88	19,4 3	89,64
	Итого:	950	103,91		47,3 5	34,98	156, 87	1078,78
	Итого за день:	1750	233,30		76, 23	64,9 4	236, 2	1779,2 2

Повар Нас

Насыбулина Г.А.

Директор школы Бессарабова Р.Д.

Бессарабова Р. Д.

