

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей из многодетных, малоимущих семей и питающихся за родительскую плату

20 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в граммах	цена в рублях	способ приготовления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углевод ы	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
обед								
9	Салат из моркови	100	8,57		1,14	10,08	10,38	136,8
275	Бефстроганов из сердца говяжьего отварного	100	26,96	тушение	7,61	5,94	5,26	136,97
54-11г	Картофельное пюре	200	22,37	варка	4,1	8,1	26,4	194,4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	4,63	варка	0,5	0	19,8	81
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	19,43	89,64
	Итого:	700	71,87		21,19	24,4	107,29	758,51

Повар Н.И. Насыбулина Г.А.

Директор школы Бессарабова Р.Д. Бессарабова Р. Д.

М.П.

