

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
3-7 лет

8 сентября 2026г.

№	Название блюда	вес в граммах	цена в рублях	способ приготовления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углеводы	энерг. ценность (ккал)
Завтрак								
54-19г	Суп молочный с макаронными изделиями	180	23-26	варка	4,95	4,08	16,07	120,79
7\2	Кофейный напиток с молоком	200	12-67	варка	2,9	3,2	14,08	97,54
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-52	нарезка	2,64	0,66	15,09	77,1
второй завтрак								
Пром	Сок фруктовый осветленный	150	17-25		0,75	0	15,15	64
Обед								
44	Щи со свежей капустой на курином бульоне	200	12-78	варка	1,53	6,54	6,98	93,73
54-3м	Ленивые голубцы	80	41-80	варка	6,7	6,1	5,1	102,7
54-11г	Картофельное пюре	150	8-63	тушение	3,1	6	19,7	145,8
54-3соус	Соус красный основной	30	2-12	варка	0,99	0,72	2,67	21,24
54-5хн	Компот из яблок и вишни	200	20-76	варка	0,2	0,1	10,2	42,5
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-52	нарезка	2,28	0,24	14,76	70,5
Пром	Хлеб ржаной	37,5	4-03	нарезка	2,48	0,45	12,53	62,25
ПОЛДНИК								
Пром	Творожок	150	47-70		16	0,5	10	108
9\4	Чай с сахаром	150	1-05	варка	0,05	0,01	5,83	23,63

Итого 197-09

Завхоз _____ Хмельницкая Л.Н.

Директор школы _____ Бессарабова Р.Д.

