

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

12 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в грамма х	цена в рублях	способ пригото вления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углево ды	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
54-21к	Каша жидкая молочная рисовая	200	19,26	варка	5,2	6,5	28,4	193,7
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	10,65	варка	1,6	1,4	8,6	53,5
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	Йогурт	150	19,77		3	2,5	11,2	79
Пром	Яблоко	150	33,00		0,6	0,6	14,7	71
	Итого:	800	90,02		18,1 8	12,36	112, 03	541,8
обед								
28	Салат из свеклы с чесноком	100	8,28		1,4	10,08	9,22	133,28
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	12,92	варка	5,87	7,62	12,6 2	142,77
54-4м	Котлеты из говядины	100	47,91	запекани е	18,2 6	18,13	16,2 6	301,73
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	16,10	варка	11	9,3	57,9	318,5
54-3соус	Соус красный основной	30	2,44	варка	0,9	0,81	2,67	21,93
Пром	Сок фруктовый осветленный	200	15,00		1	0,2	20,2	86,6
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:	980	111,99		46,2 1	47,5	168	1239,05
	Всего за день	1780	202,01		64,3 9	59,8 6	280, 03	1780,8 5

Повар Травкова Т.В.

Директор школы Бессарабова Р.Д.

