

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

17 сентября 2026 г.

| №       | Название блюда                              | вес<br>в<br>грамма<br>х | цена<br>в рублях | способ<br>пригото<br>вления | сведения о пищевой и<br>энергетической ценности блюд |                   |                    |                              |
|---------|---------------------------------------------|-------------------------|------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------|-------------------|--------------------|------------------------------|
|         |                                             |                         |                  |                             | белки                                                | жиры              | углево<br>ды       | энерг.<br>ценность<br>(ккал) |
| завтрак |                                             |                         |                  |                             |                                                      |                   |                    |                              |
| 54-6к   | Каша вязкая молочная<br>пшениная            | 200                     | 23,25            | варка                       | 8,3                                                  | 11,7              | 37,5               | 288                          |
| 54-2гн  | Чай с сахаром                               | 200                     | 1,55             | варка                       | 0,2                                                  | 0                 | 6,5                | 26,8                         |
| Пром    | Хлеб пшеничный                              | 60                      | 4,80             | нарезка                     | 4,62                                                 | 0,48              | 29,7               | 144,6                        |
| Пром    | Хлеб ржаной                                 | 40                      | 4,10             | нарезка                     | 3,16                                                 | 0,88              | 19,4<br>3          | 89,64                        |
| Пром    | Бифидокефир                                 | 150                     | 16,93            |                             | 2,9                                                  | 2,5               | 4,5                | 52,1                         |
| Пром    | Яблоко                                      | 150                     | 33,00            |                             | 0,6                                                  | 0,6               | 14,7               | 71                           |
|         | <b>Итого:</b>                               | <b>800</b>              | <b>83,63</b>     |                             | <b>19,7<br/>8</b>                                    | <b>16,16</b>      | <b>112,<br/>33</b> | <b>672,14</b>                |
| обед    |                                             |                         |                  |                             |                                                      |                   |                    |                              |
| 54-9з   | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью | 100                     | 8,82             |                             | 1,4                                                  | 10,2              | 6                  | 120,9                        |
| 54-7с   | Суп картофельный с<br>макаронными изделиями | 250                     | 8,38             | варка                       | 9,87                                                 | 5,12              | 15,5<br>2          | 147,45                       |
| 54-9м   | Жаркое по-домашнему                         | 250                     | 62,34            | тушение                     | 25,1                                                 | 24,2              | 41,5               | 403,7                        |
| 54-2хн  | Компот из кураги                            | 200                     | 8,92             | варка                       | 1                                                    | 0,1               | 15,7               | 66,9                         |
| Пром    | Хлеб пшеничный                              | 60                      | 4,80             | нарезка                     | 4,62                                                 | 0,48              | 29,7               | 144,6                        |
| Пром    | Хлеб ржаной                                 | 40                      | 4,10             | нарезка                     | 3,16                                                 | 0,88              | 19,4<br>3          | 89,64                        |
|         | <b>Итого:</b>                               | <b>850</b>              | <b>97,36</b>     |                             | <b>45,1<br/>5</b>                                    | <b>40,98</b>      | <b>127,<br/>85</b> | <b>973,19</b>                |
|         | <b>Всего за день</b>                        | <b>1650</b>             | <b>180,99</b>    |                             | <b>64,9<br/>3</b>                                    | <b>57,1<br/>4</b> | <b>240,<br/>18</b> | <b>1645,3<br/>3</b>          |

Повар Травкова Травкова Т. В.

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

