

# МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ

Для детей из многодетных, малоимущих семей и питающихся за родительскую плату

22 октября 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      | углев<br>оды | энерг.<br>ценность<br>(ккал) |
| завтрак  |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
|          |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
|          |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
|          |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
|          |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
|          |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
|          |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
| обед     |                                                           |                         |                  |                             |                                                      |           |              |                              |
| 54-9з    | Салат из белокочанной<br>капусты с морковью и<br>яблоками | 100                     | 12,24            |                             | 1,4                                                  | 10,2      | 6            | 120,6                        |
| 54-6м    | Биточки из говядины                                       | 75                      | 40,16            | запекан<br>ие               | 13,7                                                 | 13,6      | 12,2         | 226,3                        |
| 54-1г    | 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                        |
| 54-2гн   | Чай с сахаром                                             | 200                     | 1,55             | варка                       | 0,2                                                  | 0         | 6,5          | 26,8                         |
| Пром     | Булочка школьная                                          | 60                      | 4,15             | выпекан<br>ие               | 5,2                                                  | 1,9       | 34           | 173,8                        |
| Пром     | Хлеб ржаной                                               | 40                      | 4,30             | нарезка                     | 3,16                                                 | 0,88      | 19,4<br>3    | 89,64                        |
|          | Итого:                                                    | 705                     | 77,76            |                             | 31,<br>66                                            | 34,7<br>9 | 134,<br>5    | 928,37                       |

Повар Нас Насыбулина Г.А.

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

М.П.

