

# МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ

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

11 сентября 2026 г.

| №       | Название блюда           | вес<br>в<br>граммах | цена<br>в рублях | способ<br>приготовления | сведения о пищевой и<br>энергетической ценности блюд |       |              |                              |
|---------|--------------------------|---------------------|------------------|-------------------------|------------------------------------------------------|-------|--------------|------------------------------|
|         |                          |                     |                  |                         | белки                                                | жиры  | углевод<br>ы | энерг.<br>ценность<br>(ккал) |
| завтрак |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
|         |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
|         |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
|         |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
|         |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
|         |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
|         |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
| обед    |                          |                     |                  |                         |                                                      |       |              |                              |
| 54-11з  | Салат из моркови и яблок | 100                 | 13,48            |                         | 1                                                    | 10,2  | 7,2          | 123,7                        |
| 54-10м  | Капуста тушенная с мясом | 200                 | 56,77            | тушение                 | 22,1                                                 | 22,8  | 13,2         | 347,1                        |
| 54-11г  | Картофельное пюре        | 150                 | 16,03            | варка                   | 30,8                                                 | 6     | 19,68        | 145,8                        |
| 54-2хн  | Компот из кураги         | 200                 | 8,92             | варка                   | 1                                                    | 0,1   | 15,7         | 66,9                         |
| 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:                   | 750                 | 104,54           |                         | 62,58                                                | 40,46 | 109,71       | 917,84                       |

Повар Нас Насыбулина Г.А.

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

М.П.

