

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ

Для детей с ОВЗ и инвалидов 11-18 лет

22 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в грамма х	цена в рублях	способ пригото вления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углев оды	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
107	Каша манная молочная жидкая	205	17,60	варка	6,2	8,05	31,0 9	222,02
54- 2гн	Чай с сахаром	200	1,55	варка	0,2	0	6,5	26,8
54- 19з	Масло порционное	10	9,95		0,1	8,2	0,1	74,8
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:	815	91,21		17,8 8	20,71	112, 72	707,86
обед								
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	12,24		1,4	10,2	6	120,6
54- 3с	Рассольник Ленинградский	250	14,57	варка	5,92	7,8	17	161,72
54- 6м	Биточки из говядины	75	40,16	запекан 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
Про м	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:	955	106,67		37,8	41,37	160, 9	1120,69
	Итого за день:	1770	197,88		55, 68	62,0 8	273, 62	1828,5 5

Повар Насыбулина Г.А.

Директор школы Бессарабова Р.Д.