

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей с ОВЗ и инвалидов 7-11 лет

22 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в граммах	цена в рублях	способ приготовления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углевод ы	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	50	4,20	нарезка	3,46	0,36	22,2 7	108,45
Пром	Хлеб ржаной	30	3,22	нарезка	2,11	0,52	11,6 6	59,76
Пром	Йогурт	150	19,77		3	2,5	11,2	79
Пром	Яблоко	150	33,00		0,6	0,6	14,7	71
	Итого:	795	89,29		15,6 7	20,23	97,5 2	641,83
обед								
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	12,88		1,4	10,2	6	120,6
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	11,48	варка	4,73	6,24	13,6	129,37
54-6м	Биточки из говядины	75	52,14	запекание	13,7	13,6	12,2	226,3
54-1г	Макароны отварные	200	9,94	варка	5,32	5,55	46,4 1	201,97
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	50	4,00	нарезка	3,46	0,36	22,2 7	108,45
Пром	Хлеб ржаной	30	3,07	нарезка	2,11	0,52	11,6 6	59,76
	Итого:	885	110,95		32,6 2	37,48	135, 01	954,98
	Итого за день:	1680	200,24		48, 29	57,7 1	232, 53	1596,8 1

Повар Насыбулина Г.А.

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