

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей обучающихся 1-4 класс

13 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в грамма х	цена в рублях	способ пригото вления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углево ды	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
обед								
1	Салат Цветной	100	8,28		1,3	8,07	8,95	118,35
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	200	11,36	варка	4,61	6,05	5,69	96,05
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	120	54,22	тушение	16,45	8,91	7,54	176,57
54-11г	Картофельное пюре	150	17,03	варка	3,07	6,07	19,8	145,8
54-23хн	Кисель из смородины	200	21,91	варка	0,2	0,1	12,3	50,5
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,00	нарезка	3,46	0,36	22,27	108,45
Пром	Хлеб ржаной	30	3,07	нарезка	2,11	0,52	11,66	59,76
	Всего за день	850	119,87		31,2	30,08	88,21	755,48

Повар _____ *Нас* _____ Насыбулина Г.А.

Директор школы _____ *Бессарабова Р.Д.* _____ Бессарабова Р. Д.

