

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

16 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								
54-1о	Омлет натуральный	200	65,73	запекание	16,9	25,9	4,2	316,3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	3,55	варка	0,3	0	6,7	27,9
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,20	нарезка	3,46	0,36	22,27	108,45
Пром	Хлеб ржаной	30	3,22	нарезка	2,11	0,52	11,66	59,76
Пром	Варинец	150	19,27		3	2,5	11,2	79
Пром	Апельсин	150	31,50		0,9	0,2	8,1	43
	Итого:	780	127,47		26,67	29,48	64,13	634,41
обед								
29	Салат из свеклы с яблоками	100	14,14		1,11	5,16	12,29	89,01
54-8с	Суп картофельный с горохом	200	8,30	варка	6,68	4,6	16,28	133,13
177	Бифштекс рубленый паровой	70	62,46	запекание	21,85	14,4	5,21	217,84
54-1г	Макароны отварные	200	9,94	варка	7,1	7,4	43,7	269,3
54-3соус	Соус красный основной	30	2,45	варка	0,9	0,81	2,67	21,93
284	Компот из яблок и лимона	200	12,92	варка	0,25	0,25	25,35	104,07
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
	ИТОГО	880	119,87		43,46	33,5	139,43	1003,49
	Итого за день:	1660	247,34		70,13	62,98	203,56	1637,90

Повар Н.И.Ф. Насыбулина Г.А.

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

