

# МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ

3-7 лет

22 сентября 2026г.

| №              | Название блюда                           | вес<br>в<br>грамма<br>х | цена<br>в рублях | способ<br>пригото<br>вления | сведения о пищевой и<br>энергетической ценности блюд |      |              |                              |
|----------------|------------------------------------------|-------------------------|------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------|------|--------------|------------------------------|
|                |                                          |                         |                  |                             | белки                                                | жиры | углево<br>ды | энерг.<br>ценность<br>(ккал) |
| Завтрак        |                                          |                         |                  |                             |                                                      |      |              |                              |
| 54-19г         | Суп молочный с макаронными изделиями     | 180                     | 23-26            | варка                       | 4,95                                                 | 4,08 | 16,07        | 120,79                       |
| 7\2            | Кофейный напиток с молоком               | 200                     | 12-67            | варка                       | 2,9                                                  | 3,2  | 14,08        | 97,54                        |
| Пром           | Хлеб пшеничный                           | 30                      | 2-52             | нарезка                     | 2,64                                                 | 0,66 | 15,09        | 77,1                         |
| второй завтрак |                                          |                         |                  |                             |                                                      |      |              |                              |
| Пром           | Сок фруктовый осветленный                | 150                     | 17-25            |                             | 0,75                                                 | 0    | 15,15        | 64                           |
| Обед           |                                          |                         |                  |                             |                                                      |      |              |                              |
| 44             | Щи со свежей капустой на курином бульоне | 200                     | 12-78            | варка                       | 1,53                                                 | 6,54 | 6,98         | 93,73                        |
| 54-3м          | Ленивые голубцы                          | 80                      | 41-80            | варка                       | 6,7                                                  | 6,1  | 5,1          | 102,7                        |
| 54-11г         | Картофельное пюре                        | 150                     | 8-63             | тушение                     | 3,1                                                  | 6    | 19,7         | 145,8                        |
| 54-3соус       | Соус красный основной                    | 30                      | 2-12             | варка                       | 0,99                                                 | 0,72 | 2,67         | 21,24                        |
| 54-5хн         | Компот из яблок и вишни                  | 200                     | 20-76            | варка                       | 0,2                                                  | 0,1  | 10,2         | 42,5                         |
| Пром           | Хлеб пшеничный                           | 30                      | 2-52             | нарезка                     | 2,28                                                 | 0,24 | 14,76        | 70,5                         |
| Пром           | Хлеб ржаной                              | 37,5                    | 4-03             | нарезка                     | 2,48                                                 | 0,45 | 12,53        | 62,25                        |
| ПОЛДНИК        |                                          |                         |                  |                             |                                                      |      |              |                              |
| Пром           | Творожок                                 | 150                     | 47-70            |                             | 16                                                   | 0,5  | 10           | 108                          |
| 9\4            | Чай с сахаром                            | 150                     | 1-05             | варка                       | 0,05                                                 | 0,01 | 5,83         | 23,63                        |

Итого 197-09

Завхоз \_\_\_\_\_

Хмельницкая Л.Н.

Директор школы \_\_\_\_\_

Бессарабова Р. Д.

