

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ

Для детей из многодетных, малоимущих семей и питающихся за родительскую плату

16 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								
обед								
29	Салат из свеклы с яблоками	100	9,63		1,11	5,16	12,2 8	89,01
177	Бифштекс рубленый паровой	70	51,17	запекани е	21,8 5	14,4	5,21	217,84
54-6г	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
3	Компот из яблок и лимона	200	10,57	варка	0,26	0,1	18,5 3	80,04
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	19,43	89,64
	Итого:	700	96,07		39,0	29,23	136,5 2	912,36

Повар Насыбулина Г.А.

Директор школы Бессарабова Р. Д.

М.П.

