

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей с ОВЗ и инвалидов 11-18 лет

19 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в граммах	цена в рублях	способ приготовления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углеводы	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
54-1г	Запеканка из творога	200	75,97	запекание	34,2	21,3	33,3	463,1
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	13,23	варка	3,8	3,5	11,2	91,2
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	19,4 3	89,64
Пром	Яблоко	150	33,00		0,6	0,6	14,7	71
	Итого:	650	131,54		46,3 8	26,76	108,33	859,54
обед								
2	Салат Витаминный	100	10,15		1,14	10,14	11,5 4	141,94
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	9,60	варка	5,37	7,62	12,6 2	142,77
54-11м	Плов из отварной говядины	250	66,08	варка	19,1	18,4	58,3	435,4
Пром	Сок фруктовый осветленный	200	15,00		1	0,2	20,2	86,6
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	19,4 3	89,64
	Итого:	900	110,26		34,8 9	37,72	151,79	1040,95
	Итого за день:	1550	241,80		81,27	64,48	260,12	1900,49

Повар _____ *Григорьев* _____ Елизарова Г.А.

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

М.П.

