

3-7 лет

13 июля 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								
35	Каша жидкая молочная гречневая	180	16-04	варка	5,56	6,8	21	168,28
13\2	Чай с молоком и сахаром	180	11-70	варка	3,18	3,47	13,47	98,65
98	Яйцо отварное	40	13-00		5,10	4,6	0,3	63
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
второй завтрак								
Пром	Сок фруктовый осветленный	150	17-25		0,75	0	15,15	64
Обед								
54-2з	Огурец в нарезке	60	13-60		1	3,2	10	73,4
49\3	Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	180	16-50	варка	2,57	2,71	8,88	70,46
54-32м	Капуста тушеная с мясом птицы	150	41-27	тушение	12,6	6,2	7,8	137,2
71\1	Картофельное пюре	100	7-95	варка	2,28	2,88	15,99	99,23
10	Компот из сухофруктов	200	3-24	варка	0,03	0	15,8	63,44
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
Пром	Хлеб ржаной	37,5	3-84	нарезка	2,25	0,41	15,75	78,75
полдник								
Пром	Бифидокефир	150	16-93		2,8	3,2	4,1	56
Пром	Фрукт	100	30-00		0,6	0,6	14,7	71

Итого 196-12

Завхоз

Хмельницкая Л.Н.

Директор школы

Бессарабова Р. Д.



МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
3-7 лет

14 июля 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								
40\2	Каша овсяная жидкая Геркулес	200	19-93	варка	5,94	7,75	21,37	179,75
7\2	Кофейный напиток с молоком	180	11-78	варка	2,9	3,2	14,08	97,54
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
второй завтрак								
Пром	Фрукт	100	20-20		0,4	0,4	9,8	47
Обед								
54-13з	Винегрет с растительным маслом	60	8-85		0,6	5,3	4,1	67,1
45\1	Свекольник	180	20-86	варка	4,46	5,72	11,14	114,32
54-11м	Плов из отварной говядины	230	66-88	варка	17,63	16,86	44,46	400,5
11\3	Компот из смородины	200	23-24	варка	0,3	0,12	22,14	93
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
Пром	Хлеб ржаной	37,5	3-84	нарезка	2,25	0,41	15,75	78,75
полдник								
53	Блинчики	100	19-59	выпекание	5,1	5,1	21,4	152
15\2	Молоко кипяченое	200	19-20	кипячение	5,8	6,4	9,4	120

Итого 219-17

Завхоз Хмельницкая Л.Н.

Директор школы Бессарабова Р.Д.



МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ

3-7 лет

15 июля 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								
85	Омлет натуральный	150	55-73	запека ние	14,1 1	24,63	2,72	289,09
13\2	Чай с молоком	180	10-86	варка	3,18	3,47	13,47	98,65
21	Сыр порционный	15	13-46	нарезка	3,48	4,43	0	54,45
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
второй завтрак								
Пром	Сок фруктовый осветленный	150	17-25		0,75	0	15,15	64
Обед								
54-5з	Салат из помидоров и огурцов	60	14-74		0,52	3,07	1,87	37,42
51	Суп рассольник на мясном бульоне	180	22-11	варка	3,85	3,93	13,1 4	101,58
275	Сердце в соусе (говяжье)	80	32-54	тушение	6,76	5,28	4,67	121,75
54- 11г	Картофельное пюре	150	15-62	варка	3,1	6,0	19,7	145,8
3	Компот из яблок и лимона	200	11-63	варка	0,26	0,1	18,53	80,04
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
Пром	Хлеб ржаной	37,5	3-84	нарезка	2,25	0,41	15,75	78,75
полдник								
Пром	Вафли	50	18-50		1,4	1,65	38,65	177
9\2	Чай с сахаром	200	0-95		0,07	0,02	7,78	31,5

Итого 222-03

Завхоз _____ Хмельницкая Л.Н.

Директор школы _____ Бессарабова Р. Д.



МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
3-7 лет

16 июля 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								
36\1	Каша жидкая молочная манная	200	18-59	варка	5,72	7,82	26,71	201,25
13\2	Чай с молоком и сахаром	180	11-87	варка	3,18	3,47	13,47	98,65
21	Сыр порционный	15	13-46	нарезка	3,48	4,43	0	54,45
Пром	хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
второй завтрак								
Пром	Сок фруктовый осветленный	150	17-25		0,75	0	15,15	64
Обед								
54-3з	Помидор в нарезке	60	19-38		0,7	0,1	2,3	12,8
52\1	Борщ с мясом	180	30-59	варка	5,8	6,8	10,4	126,85
59	Котлета мясная	80	48-75	запекани е	2,36	0,56	13,6 2	69,23
54- 21г	Горошница	150	8-57	варка	14,5	1,3	33,8	204,8
5	Кисель из кураги	200	10-41	варка	0,68	0,04	25,64	106,21
Пром	Хлеб пшеничный	15	1-20	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
Пром	Хлеб ржаной	37,5	3-84	нарезка	2,25	0,41	15,75	78,75
полдник								
80	Булочка домашняя	70	5-31	выпекан ие	3,99	7,47	33,31	216,55
11\3	Компот из смородины	200	19-24	варка	0,3	0,12	22,15	93

Итого 210-86

Завхоз Хмельницкая Л.Н.

Директор школы Бессарабова Р.Д.



МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
3-7 лет

17 июля 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								
37	Каша жидкая кукурузная с маслом	200	17-26	варка	4,98	5,1	16,5	131,8
72	Кофейный напиток с молоком	180	12-59	варка	2,9	3,2	11,47	88,15
98	Яйцо вареное	40	13-00		5,10	4,6	0,3	63
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
второй завтрак								
Пром	Йогурт	150	19-77		3	2,5	11,2	79
Обед								
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	6-61		1	6,1	5,8	81,5
53\1	Суп картофельный с макаронами на курином бульоне	180	11-75	варка	1,47	2,27	11,6	71,93
74	Котлета рыбная	80	48-91	запекание	1,04	5,82	0,9	60,45
54-8г	Капуста тушеная	150	12-46	тушение	3,7	4,4	14,6	113,5
14	Компот из кураги	200	6-58	варка	0,78	0,04	18,63	78,69
Пром	Хлеб пшеничный	30	2-40	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
Пром	Хлеб ржаной	37,5	3-84	нарезка	2,25	0,41	15,75	78,75
полдник								
Пром	Творожок	150	47-70		16	0,5	10	108
4\1	Напиток лимонный	140	4-62	варка	0,09	0	22,6	86,8

Итого 209-89

ЗавХОЗ Лес

Хмельницкая Л.Н.

Директор школы Бессербиов Р.Д

Бессарабова Р. Д.

