

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей обучающихся 1-4 класс

15 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								
обед								
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью	100	9,54		1,4	10,2	6	120,9
54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	7,04	варка	5,16	2,77	18,49	119,6
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	68,32	тушение	25,1	24,2	41,5	403,7
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,77	варка	0,2	0	6,5	26,8
54-2в	Коржик молочный	40	8,13	выпекание	2,6	4,5	24,8	150
Пром	Хлеб ржаной	30	3,07	нарезка	2,11	0,52	11,66	59,76
Пром	Яблоко	100	22,00		0,6	0,6	14,7	71
	Всего за день	920	119,87		37,17	42,79	103,65	951,76

Повар Ниф Насыбулина Г.А.

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

