

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

1 сентября 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								
28	Салат из свеклы с чесноком	100	7,88		1,4	10,07	9,22	133,27
54-2с	Борщ с капустой и картофелем и со сметаной	200	10,56	варка	4,69	6,09	10,09	114,21
54-4м	Котлеты из говядины	90	44,38	запекание	18,26	18,13	16,26	301,73
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	150	12,33	варка	8,25	6,97	49,91	238,87
54-3соус	Соус красный основной	30	2,45	варка	0,9	0,81	2,67	21,93
Пром	Сок фруктовый осветленный	200	15,00		1	0,2	20,2	86,6
Пром.	Хлеб пшеничный	50	4,00	нарезка	3,46	0,36	22,27	108,45
Пром	Хлеб ржаной	30	3,07	нарезка	2,11	0,52	11,66	59,76
Пром	Апельсин	100	20,20		0,9	0,2	8,1	43
	Всего за день	950	119,87		40,97	43,35	150,38	1107,82

Повар Травкова Т. В.

Директор школы Бессарабова Р. Д.

