

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
Для детей с ОВЗ и инвалидов 7-11 лет

8 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								
107	Каша манная молочная жидкая	205	17,60	варка	6,2	8,05	31,09	222,02
54-2гн	Чай с сахаром	200	1,55	варка	0,2	0	6,5	26,8
54-19з	Масло порционное	10	9,95		0,1	8,2	0,1	74,8
Пром	Хлеб пшеничный	50	4,20	нарезка	3,46	0,36	22,27	108,45
Пром	Хлеб ржаной	30	3,22	нарезка	2,11	0,52	11,66	59,76
Пром	Йогурт	150	19,77		3	2,5	11,2	79
Пром	Яблоко	150	33,00		0,6	0,6	14,7	71
	Итого:	795	89,29		15,67	20,23	97,52	641,83
обед								
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	100	12,88		1,4	10,2	6	120,6
54-3с	Рассольник Ленинградский	200	11,48	варка	4,73	6,24	13,6	129,37
54-6м	Биточки из говядины	75	52,14	запекание	13,7	13,6	12,2	226,3
54-1г	Макароны отварные	200	9,94	варка	5,32	5,55	46,41	201,97
54-3соус	Соус красный основной	30	2,44	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
	Итого:	885	110,95		32,62	37,48	135,01	954,98
	Итого за день:	1680	200,24		48,29	57,71	232,53	1596,81

Повар

Насыбулина Г.А.

Директор школы

Бессарабова Р. Д.