

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

13 октября 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								
107	Каша манная молочная жидкая	205	17,60	варка	6,2	8,05	31,0 9	222,02
54- 21гн	Какао с молоком	200	22,01	варка	4,6	4,4	12,5	107,2
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	Йогурт	150	19,77		2,8	2,5	11,3	78
Пром	Апельсин	150	31,50		0,9	0,2	8,1	43
	Итого:	805	100,22		22,2 8	16,51	112, 12	684,46
обед								
1	Салат Цветной	100	5,90		1,3	8,07	8,95	118,35
54-1с	Щи из свежей капусты со сметаной	250	13,57	варка	5,77	7,57	7,12	120,07
54- 11р	Рыба тушеная в томате с овощами	120	57,91	тушение	16,4 5	8,91	7,54	176,57
54- 11г	Картофельное пюре	200	22,37	варка	4,1	8,1	26,4	194,4
54- 23хн	Кисель из смородины	200	21,97	варка	0,2	0,1	12,3	50,5
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:	970	131,06		35,6	34,11	111, 44	894,13
	Всего за день	1775	231,28		57,8 8	50,62	223, 56	1578,59

Повар _____ Насыбулина Г.А.

Директор школы _____ Бессарабова Р.Д.

