

МЕНЮ столовой МКОУ – Пролетарской СОШ
3-7 лет

15 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в граммах	цена в рублях	способ приготовления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углево ды	энерг. ценность (ккал)
Завтрак								
36\1	Каша жидкая молочная манная	200	18-65	варка	5,72	7,82	26,71	201,25
8\2	Какао с молоком	180	16-34	варка	3,65	3,81	14,37	107,53
Пром	Сыр порционный	15	13-65	нарезка	3,48	4,43	0	54,45
Пром	хлеб пшеничный	30	2-52	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
второй завтрак								
Пром	Йогурт	150	19-76		3	2,5	11,2	79
Обед								
54-8з	Салат из капусты с морковью	60	4-95		1	6,1	5,8	81,5
52\1	Борщ с мясом	180	31-31	варка	5,8	6,8	10,4	126,85
59	Котлета мясная	80	48-90	запекание	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	10-69	варка	0,68	0,04	25,64	106,21
Пром	Хлеб пшеничный	15	1-26	нарезка	3,42	1,56	24,99	72,9
Пром	Хлеб ржаной	37,5	4-03	нарезка	2,25	0,41	15,75	78,75
полдник								
80	Булочка домашняя	70	5-31	выпекание	3,99	7,47	33,31	216,55
11\3	Компот из смородины	200	19-30	варка	0,3	0,12	22,15	93

Итого 205-24

Завхоз _____ Хмельницкая Л.Н.

Директор школы _____ Бессарабова Р.Д.

