

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

21 октября 2026 г.

№	Название блюда	вес в грамма х	цена в рублях	способ пригото вления	сведения о пищевой и энергетической ценности блюд			
					белки	жиры	углев оды	энерг. ценность (ккал)
завтрак								
54-9к	Каша вязкая молочная овсяная	250	29,03	варка	10,7	15,9	42,7	357,1
54-21гн	Какао с молоком	200	20,96	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	Ряженка	150	19,27		2,8	3,2	4,1	56
Пром	Банан	150	43,00		1,5	0,5	21	96
	Итого:	850	121,61		27,3 8	25,36	129, 43	850,54
обед								
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	17,30		1,2	9	6,7	111,9
54-27с	Суп с рыбными консервами	250	19,09	варка	6,45	3,47	23,1 2	149,5
208	Кнели из кур	75	31,01	запекан ие	12,7 8	14,51	5,91	205,32
54-6г	Рис отварной	200	19,05	варка	4,8	7,2	58,6	278,3
54-3соус	Соус красный основной	30	2,44	варка	0,9	0,81	2,67	21,93
54-7хн	Компот из смородины	200	19,30	варка	0,3	0,1	8,4	35,4
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:	955	117,53		34,2 1	36,45	154, 53	1036,59
	Итого за день:	1805	239,14		61, 59	61,8 1	283, 96	1887,1 3

Повар Ниф Насыбулина Г.А.

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

М.П.