

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 09 ноября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
5.1.5	бутерброд с маслом	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
204,2017г	макароны отварные с сыром	150	26,02	250,8	10,2	11,9	25,6
693,2004г	какао с молоком	200	8,25	190,0	4,9	5,0	32,5
6.3.5.3	хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
9.1.2.2	мандарин	1 шт	24,49	38,00	0,8	0,2	7,5
			82,07				
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (обед)							
29,Пермь	салат из свеклы с яблоками	60	5,51	73	0,7	3,1	11,1
148,2004г	суп-лапша домашняя, с зеленью	250	8,01	120,0	2,8	5,8	13,9
668,1981г	тефтели с соусом	110(70/40)	39,80	189,0	8,7	11,0	13,7
553, 2004г	сложный гарнир (картоф пюре+капуста туш)	150	12,09	154,5	3,3	6,5	20,3
685,2004г	напиток из плодов шиповника	200	10,61	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.2	батон	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	Хлеб	35	2,60	60,9	2,4	0,4	11,6
			82,07				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
1,2004г	бутерброд с маслом	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
204,2017г	макароны отварные с сыром	210	28,44	351,1	14,2	10,0	35,8
693,2004г	Какао с молоком	200	8,25	190,0	4,9	5,0	32,5
6.3.5.3	Хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
			60,00				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
29,Пермь	салат из свеклы с яблоками	100	9,02	122	1,1	5,2	18,5
148,2004г	суп-лапша домашняя, с зеленью	250	8,01	120,0	2,8	5,8	13,9
668,1981г	Тефтели из птицы с соусом	110(60/50)	34,89	189,0	8,7	11,0	13,7
553, 2004г	сложный гарнир (картоф пюре+капуста туш)	180	14,31	185,4	4,0	7,7	24,3
685, 2004г	напиток из плодов шиповника	200	10,61	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.2	батон	40	4,56	104,8	3,0	1,2	20,6
6.3.5.3	Хлеб	50	3,60	87,0	3,3	0,6	16,7
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд							Цена
Холодное блюдо							
Салат картофельный							5,44
Морковь с сахаром							3,74
I блюдо							
Щи из свеж.капусты с карт. с зеленью							8,64
Суп молочный с рисом							15,33
II блюдо							
Гуляш из говядины							58,9
Зразы "Школьные"							45,22
III блюдо							
Компот из свеж.яблок							7,96
Чай с сахаром							2,27
IV Гарнир							
Гороховое пюре							8,68
Греча отварная							13,49
Выпечка							
Коржик молочный							33,00
Слойка в ассортименте							33,00
Витаминный стол							Цена
Салат из свежих помидоров с луком							7,9
Салат "Витаминный"							8,1
Диетический стол							Цена
Мясо отварное							54,19
Греча отварная							8,68