

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 10 ноября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
173,2017г	Каша молоч из овсян крупы с маслом	160(150/10)	23,03	303	8,3	13,1	37,6
7,2017г	бутерброд горячий с сыром	57(25/12/20)	30,52	179,0	3,8	9,5	16,9
686,2004г	чай с лимоном	207	4,59	60,0	0,3	0,0	15,2
11.1.1.16	сок 1/200	1 шт	23,93	1,4	0,2	26,4	120,0
			82,07				
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (обед)							
11,2003г	морковь с сахаром	60	2,29	31	0,7	0,1	7,1
63, Пермь	щи из свеж капуста с картоф, с зеленью	250	8,64	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017г	биточки рубленные из птицы	90	42,80	257,4	15,7	15,1	14,7
508, 2004 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,49	303,0	8,4	10,8	41,2
639,2004г	компот из смеси сухофруктов	200	8,11	124,0	0,6	0,0	31,4
6.1.3.2.2	батон	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	Хлеб	45	3,29	3,4	3,0	0,5	15,0
			82,07				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
7,2017г	бутерброд горячий с сыром	55(25/10/20)	29,30	172,7	3,7	9,2	16,3
173,2017г	каша вязкая молоч из овсян крупы с маслом	210(200/10)	26,93	303,0	8,3	13,1	37,6
6.3.5.3	Хлеб	20	1,50	34,8	1,3	0,2	6,7
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
			60,00				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
11,2003г	морковь с сахаром	100	3,74	52	1,2	0,1	11,9
63,Пермь	щи из свеж капуста с картоф, с зеленью	250	8,64	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017г	биточки рубленные из птицы	100	47,55	257,4	15,7	15,1	14,7
508,2004	каша гречневая рассыпчатая	180	16,18	363,6	10,1	13,0	49,4
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.2	батон	35	3,62	91,7	2,7	1,1	18,0
6.3.5.3	Хлеб	40	3,00	69,6	2,6	0,5	13,4
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд						Цена	
Холодное блюдо							
Икра морковная						8,68	
Салат из свеклы с раст.маслом						5,60	
I блюдо							
Суп молочный с пшеном						14,39	
Суп картофельный с горохом с зелен						8,86	
II блюдо							
Жаркое по-домашнему						78,45	
Котлеты из говядины						40,2	
III блюдо							
Напиток яблочный						5,6	
Чай с сахаром						2,27	
IV Гарнир							
Рагу овощное						12,46	
Рис отварной						13,43	
Выпечка							
Коржик молочный						33,00	
Булочка Дорожная							
Улитка с изюмом						33,00	
Плюшка							
Витаминный стол							
Наименование блюд						Цена	
Салат из свежих помидоров и огурцов						8,66	
Салат из белокачанной капусты						4,11	
Диетический стол							
Наименование блюд						Цена	
Биточки из птицы						42,8	
Рис отварной						13,43	