

Меню по столовой МБОУ СОШ № 26  
На 06 мая 2022 года



| 1-4 классы                             |                                       |                |              |                        |       |             |          |
|--|---------------------------------------|----------------|--------------|------------------------|-------|-------------|----------|
| № рец.                                 | Наименование блюд                     | Выход          | Цена         | Энерг. Ценность (ккал) | Белки | Жиры        | Углеводы |
| <b>Горячее питание (завтрак)</b>       |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| 366, 2004г                             | Запеканка из творога                  | 80             | 38,45        | 212,4                  | 13,3  | 11,8        | 12,2     |
| 173, 2017г                             | Каша вязкая молочная из пшенной крупы | 157,5(152,5/5) | 13,87        | 227,3                  | 6,2   | 9,8         | 28,2     |
| 685, 2004г                             | чай с сахаром                         | 200            | 2,47         | 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     |
| 9.1.2.6.                               | Яблоко                                | 1 шт           | 23,83        | 94,0                   | 0,8   | 0,8         | 19,6     |
|  |                                       |                | <b>82,07</b> |                        |       |             |          |
| 1-4 классы                             |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| № рец.                                 | Наименование блюд                     | Выход          | Цена         | Энерг. Ценность (ккал) | Белки | Жиры        | Углеводы |
| <b>Горячее питание (обед)</b>          |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| 43, 2004г                              | Салат из белокочанной капусты         | 60             | 8,48         | 52,8                   | 0,8   | 3,1         | 5,3      |
| 138, 2004г                             | Суп картоф с крупой (рис), с зеленью  | 250            | 11,70        | 122,0                  | 1,8   | 5,2         | 16,5     |
| 175, Пермь                             | Фрикадельки рыбные с соусом           | 100            | 33,19        | 97,6                   | 10,6  | 6,5         | 7,1      |
| 520, 2004г                             | Пюре картофельное                     | 150            | 17,18        | 189,0                  | 3,2   | 8,3         | 21,7     |
| 685, 2004г                             | напиток из плодов шиповника           | 200            | 8,79         | 58,0                   | 0,2   | 0,0         | 15,0     |
| 6.3.5.3                                | Хлеб                                  | 40             | 2,73         | 78,3                   | 2,9   | 0,6         | 15,1     |
|  |                                       |                | <b>82,07</b> |                        |       |             |          |
| 5-11 классы                            |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| № рец.                                 | Наименование блюд                     | Выход          | Цена         | Энерг. Ценность (ккал) | Белки | Жиры        | Углеводы |
| <b>Завтрак 2</b>                       |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| 366, 2004г                             | Запеканка из творога                  | 70             | 33,59        | 185,9                  | 11,6  | 10,3        | 10,7     |
| 173, 2017г                             | каша вязкая молоч из пшенной крупы    | 210(200/10)    | 20,49        | 312,0                  | 8,6   | 11,1        | 44,3     |
| 6.1.3.2.2                              | Батон                                 | 30             | 3,45         | 78,6                   | 2,3   | 0,9         | 15,4     |
| 685, 2004г                             | чай с сахаром                         | 200            | 2,47         | 58,0                   | 0,2   | 0,0         | 15,0     |
|  |                                       |                | <b>60,00</b> |                        |       |             |          |
| 5-11 классы                            |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| № рец.                                 | Наименование блюд                     | Выход          | Цена         | Энерг. Ценность (ккал) | Белки | Жиры        | Углеводы |
| <b>Обед 2</b>                          |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| 43, 2004г                              | салат из белокочанной капусты         | 60             | 8,48         | 52,8                   | 0,8   | 3,1         | 5,3      |
| 138, 2004г                             | Суп картоф с крупой (рис), с зеленью  | 250            | 11,70        | 122,0                  | 1,8   | 5,2         | 16,5     |
| 175, Пермь                             | Фрикадельки рыбные с соусом           | 100            | 33,19        | 97,6                   | 10,6  | 6,5         | 7,1      |
| 520, 2004г                             | пюре картофельное                     | 170            | 19,47        | 214,2                  | 3,6   | 9,4         | 24,6     |
| 685, 2004г                             | напиток из плодов шиповника           | 200            | 8,79         | 58,0                   | 0,2   | 0,0         | 15,0     |
| 6.3.5.3                                | Хлеб                                  | 45             | 3,37         | 78,3                   | 3,0   | 0,5         | 13,6     |
|  |                                       |                | <b>85,00</b> |                        |       |             |          |
| Свободный выбор                        |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| <b>Наименование блюд</b>               |                                       |                |              |                        |       | <b>Цена</b> |          |
| <b>Холодное блюдо</b>                  |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| Винегрет овощной                       |                                       |                |              |                        |       | 14,08       |          |
| Салат из свеклы с яблоками             |                                       |                |              |                        |       | 12,73       |          |
| <b>I блюдо</b>                         |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| Борщ из свеж.капусты с карт. с зеленью |                                       |                |              |                        |       | 16,43       |          |
| Суп молочный с рисом                   |                                       |                |              |                        |       | 15,74       |          |
| <b>II блюдо</b>                        |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| Плов из говядины                       |                                       |                |              |                        |       | 65,55       |          |
| Котлеты из говядины                    |                                       |                |              |                        |       | 48,4        |          |
| <b>III блюдо</b>                       |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| Напиток из свеж.яблок                  |                                       |                |              |                        |       | 6,50        |          |
| Чай с лимоном                          |                                       |                |              |                        |       | 4,99        |          |
| <b>IV Гарнир</b>                       |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| Капуста тушеная                        |                                       |                |              |                        |       | 27,44       |          |
| Рис отварной                           |                                       |                |              |                        |       | 16,4        |          |
| <b>Выпечка</b>                         |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| Ватрушка с колбасой и сыром            |                                       |                |              |                        |       | 22,63       |          |
| Сосиска запеченная в тесте             |                                       |                |              |                        |       | 23,12       |          |
| Плюшка Московская                      |                                       |                |              |                        |       | 17,17       |          |
| <b>Витаминный стол</b>                 |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| <b>Наименование блюд</b>               |                                       |                |              |                        |       | <b>Цена</b> |          |
| Салат из свежих помидоров и огурцов    |                                       |                |              |                        |       | 27,23       |          |
| Салат из белокочанной капусты          |                                       |                |              |                        |       | 19,04       |          |
| <b>Диетический стол</b>                |                                       |                |              |                        |       |             |          |
| <b>Наименование блюд</b>               |                                       |                |              |                        |       | <b>Цена</b> |          |
| Рис отварной                           |                                       |                |              |                        |       | 16,4        |          |
| Котлеты рыбные                         |                                       |                |              |                        |       | 33,13       |          |

