

Меню по столовой МБОУ СОШ № 26  
На 03 октября 2022 года



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Горячее питание (завтрак)</b>							
174,2017г	каша молоч из рисовой крупы с маслом	157,5(152,5/5)	16,81	220,5	4,5	8,1	32,2
340,2004г	омлет натуральный	75	19,53	149,3	7,5	12,5	1,4
693,2004г	какао с молоком	200	13,04	190,0	4,9	5,0	32,5
6.1.3.2.2	батон	25	2,45	65,5	1,9	0,7	12,8
6.3.5.3	хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
502,2003г	кекс	1 шт	27,99	270,0	2,8	15,0	30,5
			82,07				
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Горячее питание (обед)</b>							
8.1.6.1	Огурцы свежие	60	5,32	11,0	0,7	0,1	1,9
110,2004г	Борщ с капустой и картофелем с зеленью	250	10,49	106,0	2,0	5,2	13,0
155,2003г	Гуляш	125 (40/85)	49,25	147,0	16,2	7,0	4,8
516,2004г	Макароны отварные	150	8,90	244,5	5,1	9,2	34,2
685,2004г	чай с сахаром	200	2,53	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.2	батон	30	3,33	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	Хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
			82,07				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак 2</b>							
340,2004г	омлет натуральный	75	19,53	149,3	7,5	12,5	1,4
174,2017г	каша вязкая молоч из рисовой крупы с маслом	210 (205/5)	20,58	294,0	6,0	10,9	43,0
693,2004г	Какао с молоком	200	13,04	190,0	4,9	5,0	32,5
6.3.5.3	Хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
6.1.3.2.2	Батон	40	4,60	104,8	3,0	1,2	20,6
			60,00				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Обед 2</b>							
8.1.6.1	Огурцы свежие	100	8,87	11,0	0,7	0,1	1,9
110,2004г	Борщ с капустой и картофелем, с зеленью	250	10,37	106,0	2,0	5,2	13,0
155,2003г	Гуляш	125 (35/90)	44,42	147,0	16,2	7,0	4,8
516,2004г	Макароны отварные	180	10,68	293,4	6,1	11,0	41,0
685,2004г	чай с сахаром	200	2,53	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.2	батон	40	4,60	104,8	3,0	1,2	20,6
6.3.5.3	Хлеб	50	3,53	78,3	3,0	0,5	13,6
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд							Цена
<b>Холодное блюдо</b>							
Икра морковная							8,7
Салат из свежкы с раст.маслом							5,60
<b>I блюдо</b>							
Суп молочный с пшеном							14,57
Суп-лапша домашняя с зеленью							7,91
<b>II блюдо</b>							
Зразы "Школьные"							45,11
Жаркое по-домашнему							78,6
<b>III блюдо</b>							
Напиток яблочный							5,98
Чай с лимоном							4,85
<b>IV Гарнир</b>							
Греча отварная							14,00
Капуста тушеная							8,42
<b>Выпечка</b>							
Ватрушка с колбасой и сыром							21,29
Сосиска запеченная в тесте							23,52
Булочка Дорожная							21,75
Витаминный стол							
Наименование блюд							Цена
Салат из свежих помидоров и огурцов							8,66
Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами							6,58
Диетический стол							
Наименование блюд							Цена
Мясо отварное							54,19
Греча отварная							14