

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 04 октября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
668,1981г	Тефтели с соусом	110(60/50)	35,07	189,0	8,7	11,0	13,7
508,2004г	Каша гречневая рассыпчатая	160	14,96	323,2	9,0	11,5	44,0
699,2004г	напиток апельсиновый	200	5,86	96,0	0,1		25,2
6.3.5.3	хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
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)							
8.1.6.6	помидоры свежие	60	4,39	14,4	0,7	0,1	2,3
139,2004г	суп картофель с бобовыми, с зеленью	250	9,08	167,0	6,2	5,6	22,3
211, Пермь	Плов из птицы	200 (50/150)	46,34	711,5	35,4	43,2	39,1
639,2004г	компот из сухофруктов (курага)	200	15,45	124,0	0,6		31,4
6.1.3.2.2	батон	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	Хлеб	50	3,36	87,0	3,3	0,6	16,7
			82,07				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак 2							
668,1981г	Тефтели с соусом	110(50/60)	29,95	189,0	8,7	11,0	13,7
508,2004г	Каша гречневая рассыпчатая	180	16,80	363,6	10,1	13,0	49,4
699,2004г	напиток апельсиновый	200	5,86	96,0	0,1		25,2
6.3.5.3	Хлеб	40	2,79	70,0	2,6	0,5	13,4
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
Обед 2							
8.1.6.6	помидоры свежие	100	7,32	24	1,1	0,2	3,8
139,2004г	Суп картофель с бобовыми, с зеленью	250	9,08	167,0	6,2	5,6	22,3
211, Пермь	Плов из птицы	200 (50/150)	46,34	711,5	35,4	43,2	39,1
639,2004г	компот из сухофруктов (курага)	200	15,45	124,0	0,6		31,4
6.1.3.2.2	батон	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	Хлеб	50	3,36	87,0	3,3	0,6	16,7
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд						Цена	
Холодное блюдо							
Салат картофельный						5,45	
Салат из свеклы с яблоками						9,18	
I блюдо							
Щи из свеж.капусты с карт. с зеленью						8,76	
Суп молочный с макарон.издел						14,9	
II блюдо							
Мясо тушеное						62,29	
Котлеты из говядины						40,2	
III блюдо							
Компот из сухофруктов						8,42	
Чай с сахаром						2,53	
IV Гарнир							
Пюре картофельное						12,26	
Рис отварной						14,18	
Выпечка							
Ватрушка с колбасой и сыром						21,29	
Сосиска запеченая в тесте						23,52	
Пирожки печеные с мясом						19,33	
Витаминный стол							
Наименование блюд						Цена	
Салат из белокочанной капусты						4,19	
Салат из огурцов с луком						8,74	
Диетический стол							
Наименование блюд						Цена	
Плов из птицы						46,34	
Чай с сахаром						2,53	