

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 13 октября 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	157,5(150/7,5)	20,69	227	6,2	9,8	28,2
7,2017г	бутерброд горячий с сыром	50(25/5/20)	24,61	157,0	3,4	8,3	14,8
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
9.1.4.1	фрукт	1 шт	34,50	94,00	0,8	0,8	19,6
			82,07				
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (обед)							
18, Пермь	Салат из св.помидоров и огурцов	60	5,24	40	0,6	3,1	2,7
63, Пермь	щи из свеж капуста с картоф, с зеленью	250	8,64	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017г	котлеты рубленые 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	20	2,30	52,4	2,3	0,9	15,4
6.3.5.3	Хлеб	20	1,49	34,8	1,3	0,2	6,7
			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
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
6.3.5.3.	Хлеб	20	1,50	34,80	1,3	0,30	6,70
			60,00				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
18,Пермь	салат из свежих помидоров и огурцов	100	8,66	66	1,0	5,1	4,5
63,Пермь	щи из свеж капуста с картоф, с зеленью	250	8,64	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017г	котлеты рубленые из птицы	90	42,80	257,4	15,7	15,1	14,7
508,2004	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
6.3.5.3	Хлеб	45	3,30	78,3	3,0	0,5	13,6
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд							Цена
Холодное блюдо							
Салат картофельный							5,44
Икра свекольная							8,46
I блюдо							
Суп молочный с рисом							15,33
Суп картофельный с горохом с зелен							8,86
II блюдо							
Мясо тушеное							57,57
Шницель из говядины							40,2
III блюдо							
Напиток лимонный							6,94
Чай с сахаром							2,27
IV Гарнир							
Капуста тушеная							8,35
Макарони отварные							8,9
Выпечка							
Ватрушка с колбасой и сыром							21,22
Сосиска запеченная в тесте							23,64
Булочка Домашняя							19,97
Витаминный стол							
Наименование блюд							Цена
Салат из свежих помидоров и огурцов							8,66
Салат "Витаминный"							8,1
Диетический стол							
Наименование блюд							Цена
Греча отварная							13,49
Котлеты из птицы							42,8