

Меню по столовой МБОУ СОШ № 26  
На 17 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	18,11	220,5	4,5	8,1	32,2
340,2004г	омлет натуральный	75	22,02	149,3	7,5	12,5	1,4
693,2004г	какао с молоком	200	8,25	190,0	4,9	5,0	32,5
6.1.3.2.2	батон	30	3,45	78,6	2,3	0,9	15,4
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
			<b>82,07</b>				

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	10,33	106,0	2,0	5,2	13,0
155,2003г	Гуляш	125	49,17	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	2,27	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
6.3.5.3	Хлеб	40	2,63	69,6	2,6	0,5	13,4
			<b>82,07</b>				

5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак 2</b>							
340,2004г	омлет натуральный	75	21,62	149,3	7,5	12,5	1,4
174,2017г	каша вязкая молоч из рисовой крупы с маслом	210	24,43	294,0	6,0	10,9	43,0
693,2004г	Какао с молоком	200	8,25	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	30	3,45	104,8	3,0	1,2	20,6
			<b>60,00</b>				

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	10,33	106,0	2,0	5,2	13,0
155,2003г	Гуляш	125	49,17	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	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
6.3.5.3	Хлеб	50	3,68	78,3	3,0	0,5	15,0
			<b>85,00</b>				

<b>Свободный выбор</b>		Цена
<b>Холодное блюдо</b>		
Салат картофельный		5,44
Салат из свеклы с яблоками		9,02
<b>I блюдо</b>		
Суп молочный с пшеном		14,39
Суп-паша домашняя с зеленью		8,01
<b>II блюдо</b>		
Зразы "Школьные"		45,22
Жаркое по-домашнему		78,45
<b>III блюдо</b>		
Компот из сухофруктов		8,11
Чай с лимоном		4,59
<b>IV Гарнир</b>		
Греча отварная		13,49
Капуста тушеная		8,35
<b>Выпечка</b>		
Ватрушка с колбасой и сыром		21,22
Сосиска запеченная в тесте		23,64
Булочка Дорожная		21,16

<b>Витаминный стол</b>		Цена
<b>Наименование блюд</b>		
Салат из свежих помидоров и огурцов		8,66
Салат из белокачанной капусты		4,11

<b>Диетический стол</b>		Цена
<b>Наименование блюд</b>		
Омлет натуральный		43,35
Чай с сахаром		2,27