

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 19 октября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
366, 2004г	Запеканка из творога с молоком сгущен	100(80/20)	46,32	229,7	12,4	12,1	15,5
173, 2017г	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом	157,5(150/7,5)	13,92	234,0	6,5	8,3	33,2
685, 2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
6.3.5.3	хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
9.1.4.1	зефир	1 шт	17,31	270,00	2,8	15	30,5
				82,07			
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (обед)							
43, 2004г	Салат из белокочанной капусты	60	2,51	52,8	0,8	3,1	5,3
138, 2004г	Суп картоф с крупой (рис), с птицей, с зеленью	250(250/20)	21,52	149,0	6,0	7,3	16,6
175, Пермь	Фрикадельки рыбные с соусом	100	29,59	80,8	10,5	5,4	5,5
520, 2004г	Пюре картофельное	150	12,14	189,0	3,2	8,3	21,7
685, 2004г	напиток из плодов шиповника	200	10,61	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	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
Завтрак 2							
366, 2004г	Запеканка из творога с молоком сгущен	80(70/10)	32,25	212,4	13,3	11,8	12,2
173, 2017г	каша вязкая молоч из пшеничной крупы с маслом	210(202,5/7,5)	19,78	312,0	8,6	11,1	44,3
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	78,6	2,3	0,9	15,4
685, 2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
				60,00			
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
43, 2004г	салат из белокочанной капусты	100	4,11	88	1,4	5,1	8,9
138, 2004г	Суп картоф с крупой (рис), с птицей, с зеленью	265(250/15)	18,14	142,3	5,0	6,8	16,6
175, Пермь	Фрикадельки рыбные с соусом	100	29,59	80,8	10,5	5,4	5,5
520, 2004г	пюре картофельное	180	14,71	264,6	4,4	11,6	30,4
685, 2004г	напиток из плодов шиповника	200	10,61	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.2	батон	40	4,10	104,8	3,0	1,2	20,6
6.3.5.3	Хлеб	50	3,74	87,0	3,3	0,6	16,7
				85,00			
Свободный выбор							
Наименование блюд						Цена	
Холодное блюдо							
Икра свекольная						8,46	
Морковь с сахаром						3,74	
I блюдо							
Борщ из свеж.капусты с карт. с зеленью						10,33	
Суп молочный с макарон.издел						14,83	
II блюдо							
Гуляш из говядины						58,9	
Биточки из говядины						40,2	
III блюдо							
Напиток яблочный						5,6	
Чай с лимоном						4,59	
IV Гарнир							
Греча отварная						13,49	
Рагу овощное						12,46	
Выпечка							
Ватрушка с колбасой и сыром						21,22	
Сосиска запеченая в тесте						23,64	
Плюшка Московская						16,43	
Наименование блюд						Цена	
Витаминный стол							
Салат из свежих помидоров с луком						7,9	
Салат "Школьные годы"						8,13	
Наименование блюд						Цена	
Диетический стол							
Котлеты рыбные						30,49	
Пюре картофельное						13,49	