

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 21 октября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
174,2017г	каша молоч из рисовой крупы с маслом	157,5(152,5/5)	18,53	220,5	4,5	8,1	32,2
337,2004г	яйцо вареное	40	10,30	63,0	5,1	4,6	0,3
5.1.5.	бутерброд с маслом	35(15/20)	16,37	151,6	1,6	11,5	10,5
685,2004 г	чай с джемом	200	5,35	82,0	0,3	0,0	21,3
6.3.5.3	хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
9.1.2.6.	Яблоко	1 шт	29,27	94,0	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)							
44,2003г	Салат из белокачаной капусты с огурцами	60	4,64	55	1,0	3,1	5,7
140,2004г	суп картофельный с макарон изделиями,с зеленью	250	7,57	120,0	2,9	2,5	21,0
181,Пермь	жаркое по-домашнему	150(50/100)	60,65	227,8	15,4	11,8	15,1
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	50	3,49	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							
337,2004г	яйцо вареное	40	10,30	63,0	5,1	4,6	0,3
174,2017г	каша вязкая молоч из рисовой крупы с маслом	210 (200/10)	24,71	294,0	6,0	10,9	43,0
6.3.5.3	Хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
685,2004г	чай с джемом	200	5,35	82	0,3	0,0	21,3
10.6.3.	сладости	1 шт	17,39	45,00	0,9	0,10	9,50
			60,00				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
44,2003г	салат из белокачаной с огурцами	100	7,71	92	1,7	5,1	9,6
140,2004г	суп картофельный с макарон изделиями,с зеленью	250	7,57	120,0	2,9	2,5	21,0
181,Пермь	жаркое по-домашнему	200(45/155)	59,43	303,7	20,5	15,8	20,1
686,2004г	чай с лимоном	200	4,59	60,0	0,3		15,2
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
			85,00				
Свободный выбор							
Наименование блюд				Цена			
Холодное блюдо							
Салат из свежих помидоров с луком				7,9			
Салат из свеклы с раст.маслом				5,60			
I блюдо							
Борщ из свеж.капусты с карт. с зеленью				10,33			
Суп молочный с пшеном				14,39			
II блюдо							
Мясо тушеное				57,57			
Тефтели в соусе				35,07			
III блюдо							
Компот из сухофруктов				8,11			
Чай с лимоном				4,59			
IV Гарнир							
Гороховое пюре				8,68			
Греча отварная				13,49			
Выпечка							
Ватрушка с колбасой и сыром				21,22			
Сосиска запеченая в тесте				23,64			
Пирожки печеные с мясом				19,38			
Витаминный стол							
Наименование блюд				Цена			
Салат "Витаминный"				8,1			
Яблоки печеные				10,96			
Диетический стол							
Наименование блюд				Цена			
Бифштекс рубленый				49,62			
Греча отварная				13,49			