

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26  
На 24 октября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Горячее питание (завтрак)</b>							
327,2003г	Каша молочная Дружба с маслом	157,5(150/7,5)	15,96	198	4,4	9,0	24,9
340,2004г	омлет натуральный	90	25,73	179,1	9,0	15,0	1,7
3,2004г	бутерброд с сыром	45(25/20)	19,26	111,5	5,6	4,7	11,6
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
6.1.3.2.17	пряники	2 шт	18,85	256,20	0,4	0	48
			<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	8,87	6,6	0,4	0,1	1,1
44,Пермь	суп из овощей, с зеленью	250	6,94	115,2	1,9	5,9	12,6
155,2003г	Гуляш	125 (35/90)	44,42	147,0	16,2	7,0	4,8
516,2004г	Макароны отварные	150	8,90	244,5	5,1	9,2	34,2
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	35	2,53	60,9	2,4	0,4	11,6
			<b>82,07</b>				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак 2</b>							
3,2004г	бутерброд с сыром	50(30/20)	22,85	123,9	6,2	5,2	12,9
327,2003г	Каша молочная Дружба с маслом	210(200/10)	21,28	314	7,0	14,3	39,5
6.3.5.3	Хлеб	30	2,25	52,5	2,0	0,4	10,0
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
10.6.3.	сладости	1 шт	11,35	128,10	0,2		24,00
			<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	14,79	11,0	0,7	0,1	1,9
44,Пермь	суп из овощей, с зеленью	250	6,94	115,2	1,9	5,9	12,6
155,2003г	Гуляш	125 (30/95)	39,56	147,0	16,2	7,0	4,8
516,2004г	Макароны отварные	180	10,68	293,4	6,1	11,0	41,0
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	1,5	0,6	10,3
6.3.5.3	Хлеб	40	2,62	69,6	2,6	0,5	13,4
			<b>85,00</b>				
Свободный выбор							
Наименование блюд				Цена			
<b>Холодное блюдо</b>							
Салат картофельный				5,44			
Салат из свеклы с раст.маслом				5,60			
<b>I блюдо</b>							
Щи из свеж.капусты с карт. с зеленью				8,64			
Суп молочный с макарон.издел				14,83			
<b>II блюдо</b>							
Плов из говядины				62,96			
Зразы "Школьные"				45,22			
<b>III блюдо</b>							
Компот из свеж.яблок				7,96			
Чай с лимоном				4,59			
<b>IV Гарнир</b>							
Пюре картофельное				12,14			
Греча отварная				13,49			
<b>Выпечка</b>							
Ватрушка с колбасой и сыром				21,22			
Сосиска запеченная в тесте				23,64			
Булочка Дорожная				21,16			
Наименование блюд				Цена			
<b>Витаминный стол</b>							
Салат из свежих помидоров и огурцов				8,66			
Салат из белокачанной капусты				4,11			
Наименование блюд				Цена			
<b>Диетический стол</b>							
Омлет натуральный				43,32			
Чай с сахаром				2,27			