

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



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Горячее питание (завтрак)</b>							
5.1.5.	бутерброд с маслом	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
204,2017г	макароны отварные с сыром	150	26,02	250,8	10,2	11,9	25,6
693,2004г	какао с молоком	200	8,25	190,0	4,9	5,0	32,5
6.3.5.3	хлеб	40	2,81	69,6	2,6	0,5	13,4
11.1.1.16	сок 1/200	1 шт	23,93	1,4	0,2	26,4	120,0
			<b>82,07</b>				
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Горячее питание (обед)</b>							
43,2004г	Салат из белокачанной капусты	60	2,51	52,8	0,8	3,1	5,3
148,2004г	суп-лапша домашняя, с зеленью	265(250/15)	18,68	120,0	2,8	5,8	13,9
388,2004г	котлеты рыбные	90	30,49	176,4	11,7	7,9	13,7
553, 2004г	сложный гарнир (картоф пюре+капуста туш)	160	12,73	164,8	3,5	6,9	21,6
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	50	3,60	3,4	3,0	0,5	15,0
			<b>82,07</b>				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Завтрак 2</b>							
1,2004г	бутерброд с маслом	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
204,2017г	макароны отварные с сыром	210	28,44	351,1	14,2	10,0	35,8
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
			<b>60,00</b>				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<b>Обед 2</b>							
43,2004г	салат из белокачанной капусты	100	4,11	88	1,4	5,1	8,9
148,2004г	суп-лапша домашняя, с птицей, с зеленью	260(250/10)	15,05	120,0	2,8	5,8	13,9
388,2004г	котлеты рыбные	100	33,87	196,0	13,0	8,8	15,2
553,2004г	сложный гарнир(картоф пюре+капуста туш)	180	14,31	185,4	4,0	7,7	24,3
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	65,5	1,9	0,8	12,8
6.3.5.3	Хлеб	50	3,60	87,0	3,3	0,6	16,7
			<b>85,00</b>				
Свободный выбор							
Наименование блюд						Цена	
<b>Холодное блюдо</b>							
Икра свекольная						8,46	
Морковь с сахаром						3,74	
<b>I блюдо</b>							
Щи из свеж.капусты с карт. с зеленью						8,64	
Суп молочный с пшеном						14,39	
<b>II блюдо</b>							
Гуляш из говядины						58,9	
Тефтели в соусе						35,07	
<b>III блюдо</b>							
Компот из кураги						15,36	
Чай с сахаром						2,27	
<b>IV Гарнир</b>							
Греча отварная						13,49	
Рагу овощное						12,46	
<b>Выпечка</b>							
Ватрушка с колбасой и сыром						21,22	
Сосиска запеченная в тесте						23,64	
Булочка Дорожная						21,16	
Витаминный стол							
Наименование блюд						Цена	
Салат "Школьные годы"						8,13	
Салат из свеж.огурцов с луком						8,74	
Диетический стол							
Наименование блюд						Цена	
Котлеты рыбные						16,96	
Пюре картофельное						12,14	

Зав. Производством \_\_\_\_\_

Бухгалтер \_\_\_\_\_