

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 27 октября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Горячее питание (завтрак)							
173,2017г	Каша молоч из овсян крупы с маслом	157,5(152,5/7,5)	20,69	227	6,2	9,8	28,2
7,2017г	бутерброд горячий с сыром	55(25/10/20)	29,30	172,7	3,7	9,2	16,3
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	227,3	6,2	9,8	28,2
9.1.2.6	яблоко	1 шт	29,81	94,00	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)							
18, Пермь	Салат из св.помидоров и огурцов	60	7,01	40	0,6	3,1	2,7
63, Пермь	щи из свеж капуста с картоф, с зеленью	250	8,64	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017г	котлеты рубленные из птицы	90	42,80	257,4	15,7	15,1	14,7
508, 2004 г	Каша гречневая рассыпчатая	150	13,49	303,0	8,4	10,8	41,2
639,2004г	компот	200	5,60	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	30	2,23	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							
7,2017г	бутерброд горячий с сыром	55(25/10/20)	29,30	172,7	3,7	9,2	16,3
173,2017г	каша вязкая молоч из овсян крупы с маслом	210(200/10)	26,93	303,0	8,3	13,1	37,6
685,2004г	чай с сахаром	200	2,27	58,0	0,2	0,0	15,0
6.3.5.3.	хлеб	20	1,50	34,80	1,3	0,30	6,70
			60,00				

5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюд	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
Обед 2							
18, Пермь	салат из свежих помидоров и огурцов	100	11,58	66	1,0	5,1	4,5
63, Пермь	щи из свеж капуста с картоф, с зеленью	250	8,64	107,8	2,1	6,3	10,6
294,2017г	котлеты рубленные из птицы	90	42,80	257,4	15,7	15,1	14,7
508,2004	каша гречневая рассыпчатая	150	13,49	303,0	8,4	10,8	41,2
639,2004г	компот	200	5,60	124,0	0,6	0,0	31,4
6.3.5.3	Хлеб	40	2,89	69,6	2,6	0,5	13,4
			85,00				

Свободный выбор	
Наименование блюд	Цена
Холодное блюдо	
Салат картофельный	5,44
Салат из свеклы с раст.маслом	5,60
I блюдо	
Суп молочный с макарон,издел	14,83
Суп картофельный с горохом с зелен	8,86
II блюдо	
Биточки из говядины	40,2
Мясо тушеное	67,57
III блюдо	
Компот из сухофруктов	8,11
Чай с лимоном	4,59
IV Гарнир	
Пюре картофельное	12,14
Рис отварной	13,43
Выпечка	
Пирожки печеные с мясом	19,38
Котлета запеченая в тесте	33,21
Плюшка Московская	16,43
Витаминный стол	
Наименование блюд	
Салат из свежих помидоров с луком	7,9
Салат "Витаминный"	8,1
Диетический стол	
Наименование блюд	
Мясо отварное	54,19
Греча отварная	13,49