

**Меню по столовой МБОУ СОШ № 26
На 28 октября 2022 года**



1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<i>Горячее питание (завтрак)</i>							
327,2003г	Каша молочная Дружба с маслом	157,5(150/7,5)	15,96	198	4,4	9,0	24,9
337,2004г	яйцо вареное	40	10,30	63,0	5,1	4,6	0,3
5.1.5.	бутерброд с маслом	40(20/20)	21,06	168,6	1,9	12,3	12,6
286, Пермь	кофейный напиток с молоком	200	6,87	118,7	2,8	3,2	19,7
6.3.5.3	хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
9.1.2.2	мандарин	1 шт	25,63	38,00	0,8	0,2	7,5
			82,07				
1-4 классы							
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<i>Горячее питание (обед)</i>							
8.1.6.6	помидоры свежие	60	7,03	14,4	0,7	0,1	2,3
138,2004г	Суп картофель с крупой (рис), с зеленью	250	7,47	122,0	1,8	5,2	16,5
138,2004г	Мясо тушеное	100(40/60)	46,16	225,0	15,2	17,4	2,6
516,2004г	Макароны отварные	150	8,90	244,5	5,1	9,2	34,2
383,2003г	кисель	200	4,73	119,0	0,0	0,0	9,9
6.1.3.2.2	батон	35	4,03	91,7	2,6	1,1	18,0
6.3.5.3	Хлеб	50	3,75	87,0	3,3	0,6	16,7
			82,07				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<i>Завтрак 2</i>							
337,2004г	яйцо вареное	40	10,30	63,0	5,1	4,6	0,3
327,2003г	Каша молочная Дружба с маслом	210(200/10)	21,28	264	5,9	12,0	33,2
286, Пермь	кофейный напиток с молоком	200	6,87	118,7	2,8	3,2	19,7
6.3.5.3	Хлеб	40	3,00	70,0	2,6	0,5	13,4
10.6.3.	сладости	1 шт	18,55	183,00	3	2,40	37,50
			60,00				
5-11 классы							
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Цена	Энерг. Ценность (ккал)	Белки	Жиры	Углеводы
<i>Обед 2</i>							
8.1.6.6	помидоры свежие	100	11,72	24	1,1	0,2	3,8
138,2004г	Суп картофель с крупой (рис), с зеленью	250	7,47	122,0	1,8	5,2	16,5
256,2017г	Мясо тушеное	100(40/60)	46,16	225,0	15,2	17,4	2,6
516,2004г	Макароны отварные	180	10,68	293,4	6,1	11,0	41,0
383,2003г	кисель	200	4,60	119,0	0,0	0,0	9,9
6.1.3.2.2	батон	20	2,12	52,4	1,5	0,6	10,3
6.3.5.3	Хлеб	30	2,25	52,2	2,0	0,4	10,0
			85,00				
Свободный выбор							
<i>Наименование блюда</i>				<i>Цена</i>			
<i>Холодное блюдо</i>							
Икра морковная				8,68			
Салат из свеклы с яблоками				9,02			
<i>I блюдо</i>							
Борщ из свеж.капусты с карт. с зеленью				10,33			
Суп молочный с рисом				15,33			
<i>II блюдо</i>							
Шницель из говядины				40,2			
Плов из говядины				62,96			
<i>III блюдо</i>							
Напиток лимонный				6,94			
Чай с сахаром				2,27			
<i>IV Гарнир</i>							
Гороховое пюре				8,68			
Греча отварная				13,49			
<i>Выпечка</i>							
Котлета запеченная в тесте				33,21			
Булочка Дорожная				21,16			
Плюшка Московская				16,43			
Витаминный стол							
<i>Наименование блюда</i>				<i>Цена</i>			
Салат из свежих помидоров и огурцов				8,66			
Салат из белокачанной капусты со свежими огурцами				6,5			
Диетический стол							
<i>Наименование блюда</i>				<i>Цена</i>			
Плов из говядины				62,96			
Чай с сахаром				2,27			