



МЕНЮ

на 22.10.2025

по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюда	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
13\03	Салат Осенний	60		96,6	0,75	8,99	3,149
374	Рыба тушеная с овощами	100		112	10,6	5,1	5,6
520	Картофельное пюре с маслом	150		163,5	3,15	6,75	21,9
тк	Хлеб ржан\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
	Итого		100,45	614,1	18,8	21,37	86,199

Меню для учащихся коррекционных классов, ОВЗ 1 - 4

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша геркулесовая	200\10		198	4,8	10	21,4
1	Бутерброд с маслом	50		276	2,64	21,6	16,32
694	Какао с молоком	200		187	4,7	5	31,8
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
	Итого		83	779	15,84	37,13	93,67

Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
13\03	Салат Осенний	60		96,6	0,75	8,99	3,19
132	Рассольник Ленинградский	220		157	8,85	5,92	16,37
374	Рыба тушеная с овощами	100		112	10,6	5,1	5,6
520	Картофельное пюре с маслом	150		163,5	3,15	6,75	21,9
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
			135,65	771,1	18,8	27,29	102,61

БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
13\03	Салат Осенний	60		96,6	0,75	8,99	3,19
374	Рыба тушеная с овощами	100		112	10,6	5,1	5,6
520	Картофельное пюре без молока с маслом раст	150		163,5	3,15	6,75	21,9
тк	Хлеб рж\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
			100,45	614,1	18,8	21,37	86,24

Зав. столовой Демидова Л.В.
Экономист Шумкова А.Р.