

**МЕНЮ**

на 12.11.2025

по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюد	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
374	Раба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35
520	Картофельное пюре с маслом	150		163,5	3,15	6,75	21,9
13\03	Салат Осенний	60		96,6	0,75	8,99	3,19
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	639,1	19,68	24,03	85,99

Меню для учащихся коррекционных классов, ОВЗ 1 - 4

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша геркулесовая молочная	200\10		198	4,8	10	21,4
тк	Масло слив порционно	20		154	20	0,01	8,3
2	Бутерброд с сыром	60		209	8,9	12,3	12,5
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
693	Какао с молоком	200		187	4,7	5	31,8
	Итого		80,5	866	42,1	27,84	98,15

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
134	Рассольник Ленинградский с мяс и смет	220		157,6	8,85	5,92	16,37
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,52	7,76	5,35
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					
			128,3	672,7	19,68	29,95	70,96

БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
13\03	Салат Осенний	100		161	1,26	14,99	5,35
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,52	7,76	5,35
520	Картофельное пюре с маслом раст без молока	150		196,2	3,78	8,1	26,28
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	736,2	20,86	31,38	92,53

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