

## МЕНЮ

на 14.11.2025

по столовой СОШ № 4



## Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
498	Котлеты рубленые из индейки	100		298	18,9	16,3	18,4
333	Макароны отварные с сыром	150		220,5	5,25	6,15	35,25
638	Компот из кураги	200		126	1,2	0	31,6
тк	Хлеб ржан\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
	Итого		90,84	762,5	29,05	22,98	109,4

## Меню для учащихся коррекционных классов, ОВЗ 1 - 4

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
347	Омлет натуральный	60\3		125,37	5,99	10,52	1,19
686	Йогурт питьевой	200		218	3	8	31,6
302	Каша рисовая молочная	200\10		218	3	8	31,6
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
	Итого		87	679,37	15,69	27,05	88,54

## Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
153	Суп с крупой и мясными фрикадельками	200\10		141,6	7,52	7,52	11,68
498	Котлеты рубленые из индейки	100		298	18,9	16,3	18,4
333	Макароны отварные с сыром	150		294	7	8,2	47
638	Компот из кураги	200		126	1,2	0	31,6
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
			130,5	977,6	29,05	32,55	132,83

## БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
498	Котлеты рубленые из индейки	100		298	18,9	16,3	18,4
333	Макароны отварные с маслом раст	150		294	7	8,2	47
638	Компот из кураги	200		126	1,2	0	31,6
тк	Хлеб рж\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
2	Бутерброд с джемом	50		177	1,8	4,7	31,5
			90,84	1013	32,6	29,73	152,65

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