



МЕНЮ

 на 21.01.2026
 по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
19	Салат из свежих помидоров	60		51	0,54	4,26	2,34
389	Биточки рыбные	80		100,8	11,84	2,4	8
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		122,13	557,3	19,83	13,94	87,79

Меню для учащихся коррекционных классов, ОВЗ 1 - 4

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша рисовая молочная	200\10		218	3	8	31,6
1	Бутерброд с маслом	50		276	2,64	21,6	16,32
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
1011	Чай с молоком	200		87	1,6	1,6	17,3
	Итого		73,2	699	10,94	31,73	89,37

Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
19	Салат из свежих помидоров	60		51	0,54	4,26	2,34
389	Рассольник Ленинградский со сметаной	215		157,6	8,85	5,95	16,37
520	Биточки рыбные	80		100,8	11,84	2,4	8
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
			136,2	714,9	28,68	19,89	104,16

БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
19	Салат из свежих помидоров	60		51	0,54	4,26	2,34
389	Биточки рыбные	80		100,8	11,84	2,4	8
520	Картофельное пюре без молока с маслом растит	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
			111,66	557,3	19,83	13,94	87,79

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