

МЕНЮ

04.03.2026

на

по

столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюда	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
374	Рыба тушеная с овощами	50		129,5	15	7,25	1,09
518	Картофель отварной с маслом	150		181,5	3	7,65	23,85
16	Салат из огурцов	100		94	0,4	0	23,6
тк	Хлеб пшеничн\ ржан	50		118	3,7	0,53	24,15
инстр	Напиток Витошка	200		75	0	0	19,6
Итого			131,87	598	22,1	15,43	92,29

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
тк	Масло слив порционно	20		154	20	0,01	8,3
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
2	Бутерброд с сыром	60		209	8,9	12,3	12,5
692	Кофейный напиток	200		134	2,36	1,6	27,2
Итого			90,23	833	37,96	22,44	103,75

Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
16	Салат из огурцов	60		40,38	0,46	3,65	1,43
132	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	220		157,6	8,85	5,92	16,37
374	Рыба 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
тк	Хлеб ржан\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
инстр	Напиток Витошка	200		75	0	0	19,6
			148,3	691,48	27,64	24,61	88,8

БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
16	Салат из огурцов	60		40,38	0,46	3,65	1,43
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35
520	Картофельное пюре с маслом растит	150		163,5	3,15	6,75	21,9
инстр	Напиток Витошка	200		70,5	0	0	19,6
тк	Хлеб ржаной \ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
			131,87	529,38	18,79	18,69	72,43

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