

МЕНЮ

 на 23.03.2026г
 по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1-4 классов Завтрак

№ рецепт.	Наименование Блюда	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
19	Салат из свежих помидоров	60		51,00	0,54	4,26	2,34
433	Мясо тушеное	100		132,00	15,30	5,90	3,90
509	Булгур	150		215,60	5,90	6,50	27,50
686	Хлеб пшен\ ржан	50		118,00	3,70	0,43	24,15
686	Чай с лимоном	200\8		60	0,3	0	15,2
	Итого		123,46	101,03	25,74	17,09	73,09

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

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша пшеничная молочная	200\10		261,8	6,6	9,02	36,52
тк	Масло слив порционно	20		132,4	14,5	0,2	0,28
97	Сыр порционно	20		54,6	3,48	4,43	0
тк	Хлеб пшеничный\ ржан	50		118	3,7	0,43	24,15
692	Кофейный напиток	200		134	2,36	1,6	27,52
	Итого		84,6	700,8	30,64	15,68	88,47

Меню для учащихся 1-4 классов Обед

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
19	Салат из свежих помидоров	60		51,00	0,54	4,26	2,34
139	Суп картофельный с бобовыми	200\10		140,00	6,00	4,80	17,68
433	Мясо тушеное	100		132,00	15,30	5,90	3,90
50	Булгур	150		215,60	5,90	6,50	27,50
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118,00	3,70	0,53	24,15
- 686	Чай с лимоном	200\8		60	0,3	0	15,2
			141,1	716,6	31,74	21,99	338,27

Безмолочная диета

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
19	Салат из вежих помидоров	60		51,00	0,54	4,26	2,34
433	Мясо тушеное	100		132,00	15,30	5,90	3,90
509	Булгур с маслом растит	150		215,60	5,90	6,50	27,50
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118,00	3,70	0,53	24,15
686	Чай с лимоном	200\8		60,00	0,30	0,00	15,20
			123,46				

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