

МЕНЮ

 на 08.04.2026
 по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
16	Салат из огурцов	60		40,38	0,46	3,65	1,43
520	Картофельное пюре с маслом	150		163,5	3,15	6,75	21,9
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35
тк	Хлеб пшеничн\ ржан	50		118	3,7	0,53	24,15
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
Итого			131,87	582,88	19,39	18,69	84,23

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
2	Бутерброд с сыром	60		209	8,9	12,3	12,5
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
тк	Масло слив порционно	20		154	20	0,01	8,3
693	Какао с молоком	200		187	4,7	5	31,8
Итого			90,3	886	40,3	25,84	108,35

Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
16	Салат из свежих огурцов	60		40,38	0,46	3,65	1,42
132	Рассольник Ленинградский смясом и сметаной	220		157,6	8,85	5,92	16,37
3747	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35
5820	Картофельное пюре с маслом сливочным	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
			148,3	740,48	28,24	24,61	100,59

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
639	Компот из сухофруктов	300		124	0,6	0	31,4
тк	Хлеб ржаной \ пшеничн	50		118	3,7	0,53	16,37
132	Рассольник Ленинградски без сметаны(2 смена)	• 210		157,6	8,85	5,92	
			131,87	740,48	28,24	24,61	76,45

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