

## МЕНЮ

на 20.04.2026г  
по столовой СОШ № 4

## Меню для учащихся 1-4 классов Завтрак

№ рецепт.	Наименование Блюда	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
437	Гуляш	100		194,00	17,40	5,20	3,20
297	Греча рассыпчатая	150		279,00	8,70	7,80	42,60
686	Чай с лимоном	200\10		60,00	0,30	0,00	15,20
инстр	Хлеб пшен\ ржан	50		118,00	3,70	0,43	24,15
тк	Апельсин	1 шт		70,3	1,41	0,18	17,63
	Итого		110,84	101,03	31,51	13,61	102,78

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

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
302	Каша ячневая молочная	200\10		163	4,8	3	29,2
тк	Масло слив порционно	20		154	20	0,01	8,3
2	Бутерброд с джемом	60		177	1,8	4,65	31,5
тк	Хлеб пшеничный\ ржан	50		118	3,7	0,43	24,15
692	Кофейный напиток	200		134	2,36	1,6	27,52
	Итого		80,12	746	32,66	9,69	120,67

## Меню для учащихся 1-4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
124	Щи с мясом и сметаной	220		85,92	4,30	5,08	5,80
437	Гуляш	100		194,00	17,40	5,20	3,20
297	Греча рассыпчатая	150		279,00	8,70	7,80	42,60
686	Чай с лимоном	200\10		60,00	0,30	0,00	15,20
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118,00	3,70	0,53	24,15
тк	Апельсин	1 шт		70,3	1,41	0,18	17,63
			135,12	807,22	35,81	18,79	108,58

## Безмолочная диета

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
124	Щи с мясом (без сметаны) 2 смена	210		85,92	4,30	5,08	5,80
437	Гуляш	100		194,00	17,40	5,20	3,20
297	Греча рассыпчатая	150		279,00	8,70	7,80	42,60
686	Чай с лимоном	200\10		60,00	0,30	0,00	15,20
тк	Апельсин	1 шт		70,30	1,41	0,18	17,63
тк	Хлеб пшен\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
			110,84				

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