

МЕНЮ

на 22.04.2026
по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюда	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	150	137	11,48	7,76	5,35	
520	Картофельное пюре с маслом	150	163,5	3,15	6,75	21,9	
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	281,33

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 порционн	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	27,52	
Итого			89,5	833	37,96	22,44	104,07

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 со 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 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	
			148,5	740,48	28,24	24,61	100,6

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	
132	Рассольник Ленинградский (без сметаны) 2 смен	210	157,6	8,85	5,92	16,37	
374	Рыба тушеная с овощами	100	137	3,15	6,75	21,9	
520	Картофельное пюре с маслом растит	150	163,5	3,15	6,75	21,9	
тк	Хлеб ржаной \ пшеничн	50	118	3,7	0,53	16,37	
639	Компот из сухофруктов	200	124	0,6	0	31,4	
			131,87	740,48	19,91	691,85	109,37

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