

МЕНЮ

 на 06.05.2026
 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 свежих огурцов	70		40,38	0,46	3,65	1,43	
374	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35	
520	Картофельное пюре	150		163,5	3,15	6,75	21,9	
тк	Хлеб пшеничн\ ржан	50		118	3,7	0,53	24,15	
6925	Кофейный напиток	200		134	2,36	1,6	27,52	
Итого				131,87	592,88	21,15	20,29	80,35

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	
1011	Чай с молоком	200		87	1,6	1,6	17,3	
Итого				85,1	786	37,2	22,44	93,85

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	70		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		165,3	3,15	6,75	21,9	
тк	Хлеб ржан\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15	
692	Кофейный напиток	200		134	2,36	1,6	27,52	
Итого				147,12	752,28	30,00	26,21	96,72

БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность				
				ккал	белки	жиры	углеводы	
132	Рассольник Ленинградский без сметаны (2 см)	200/10		157,6	8,85	5,92	16,37	
16	Салат из свежих огурцов	70		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		163,3	3,15	6,75	21,9	
тк	Хлеб ржаной \ пшеничн	50		118	3,7	0,53	16,37	
инстр	Кисель	200		118	0	0	30,6	
Итого				131,87	734,28	27,64	24,61	92,02

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