



МЕНЮ

 на 09.10.2026
 по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюда	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
43	Салат из свежей капусты	60		52,44	0,85	3,05	72,8
492	Плов из индейки	200		732	24	32	72,8
638	Компот из кураги	200		126	1,2	0	31,6
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118,00	3,70	0,53	24,15
тк	Яблоко	1 шт		70,50	0,60	0,60	14,70
	Итого		113,18	972,94	29,15	36,18	184,45

Меню для учащихся коррекционных классов, ОВЗ 1 - 4

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углевод
302	Каша геркулесовая	200\10		198,00	4,80	10,00	21,40
инстр	Слойка с фруктовой начинкой	55		264,00	3,90	9,40	35,40
692	Йогурт питьевой	200		152,00	2,50	3,60	28,70
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118,00	3,70	0,53	24,15
	Итого		88,6	732	14,9	23,53	109,65

Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углевод
43	Салат из свежей капусты	60		52,44	0,85	3,05	5,41
173	Суп- пюре из птицы	200		89,6	8	4,65	8,61
492	Плов из индейки	200		72	34	32	72,8
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
638	Компот из кураги	200		126,00	1,20	0,00	31,60
тк	Яблоко	1 шт		70,5	0,6	0,6	30,6
			126,5	528,54	29,15	40,83	173,17

Безмолочная диета

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углевод
43	Салат из свежей капусты	60		87,4	1,42	5,08	9,02
173	Суп- пюре из птицы(с масл раст без молока)	200		112	10	5,81	10,76
492	Плов из индейки	200		732	34	32	72,8
638	Компот из кураги	200		126,00	1,20	0,00	31,60
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118,00	3,70	0,53	24,15
тк	Яблоко	1 шт		70,5	0,6	0,6	30,6
			126,46	1245,9	50,92	44,02	178,93

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