

МЕНЮ

на 21.10.2026

по столовой СОШ № 4

Меню для учащихся 1 - 4 классов Завтрак

№ рец.	Наименование Блюда	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
371	Рыба тушеная с овощами	100		129,5	15	7,25	1,09
520	Картофельное пюре с маслом сливочным	150		163,5	3,15	6,75	21,9
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
тк	Хлеб пшеничн\ ржан	50		118	3,7	0,53	24,15
инстр	Слойка с фруктовой начинкой	55		264	3,39	9,4	35,34
	Итого		166,87	799	25,84	23,93	113,88

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	31,52
2	Бутерброд с сыром	60		209	8,9	12,3	12,5
тк	Хлеб пшеничный\ ржаной	50		118	3,7	0,53	24,15
692	Кофейный напиток	200		152	2,5	3,6	28,7
тк	Масло слив порционно	20		154	20	0,01	8,3
	Итого		94,8	851	38,1	24,44	105,17

Меню для учащихся 1 - 4 классов Обед

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
132	Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	220		157,6	8,85	5,92	16,37
371	Рыба тушеная с овощами	100		137	11,48	7,76	5,35
520	Картофельное пюре с маслом слив	150		163,5	3,15	6,75	21,9
639	Компот из сухофруктов	200		124	0,6	0	31,4
тк	Хлеб ржан\ пшеничн	50		118	3,7	0,53	24,15
			182	700,1	27,78	20,96	99,17

БЕЗМОЛОЧНАЯ ДИЕТА

№ рец.	Наименование блюд	Выход, гр.	Цена, руб.	Пищевая ценность			
				ккал	белки	жиры	углеводы
371	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	200		124	0,6	0	31,4
тк	Хлеб ржаной \ пшеничн	50		118	3,7	0,53	16,37
132	Рассольник Ленинградский с мяс без смет(2 см)	200\10		157,6	8,85	5,92	16,37
инстр	Слойка с фруктовой начинкой	55		264	3,39	9,4	35,34
			165,87	964,1	31,17	30,36	126,73

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