

Приложение №6  
к приказу по школе  
от 30.08.2024г. № 333

Утверждаю:  
Директор МБОУ «Косихинская  
СОШ им. А.М. Топорова»



Штайгервальд Т.М.

Циклическое меню  
для обучающихся 1-4 классов  
на 2024-2025 учебный год  
Верх-Жилинской ООШ-филиал МБОУ  
«Косихинская СОШ им. А.М. Топорова»,  
Глушинской ООШ-филиал МБОУ «Косихинская  
СОШ им. А.М. Топорова»,  
Каркавинской ООШ-филиал МБОУ «Косихинская  
СОШ им. А.М. Топорова»,  
Плотниковской ООШ – филиала МБОУ  
«Косихинская СОШ им. А.М. Топорова»

---

1 День	№ рецепту ры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 клас с Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергети ческая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод ы	
Завтрак	54-1к	Каша молочная кукурузная жидкая	200	5,8	6,8	33,0	207,9
	54-4гн	Кофейный напиток на молоке	200	3,8	2,9	11,3	86,0
	54-1з	Сыр порциями	20	4,7	5,9	0	71,6
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
	ПР	Фрукт (блоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	560	17,76	16,33	73,77	503,63

2 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-1г	Макароны отварные с маслом	160	5,76	5,2	34,99	209,92
	54-2м	Мясо тушеное	100	10,21	14,0	4,0	233,3
	54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,2	0	15,72	27,9
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		Итого:	500	19,23	19,53	74,38	564,85

3 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	54-28з	Свежая отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2
	54-4г	Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,0	21,83	146,0
	54-3м	Фрикаделька мясная с соусом	120	10,61	12,24	14,7	221,83
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		Итого:	570	18,97	17,67	67,9	513,56

4 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	54-283	Морковь отварная дольками	60	0,8	2,0	4,1	37,6
	54-7р	Рыба припущенная в молоке (минтай)	100	11,25	9,4	3	149,0
	54-1г	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
	54-2хн	Компот из кураги	200	0,4	0,1	21,3	80,8
	пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>18,71</b>	<b>17,03</b>	<b>67,87</b>	<b>500,53</b>

5 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-11м	Плов с мясом	270	15,11	15,6	55,48	418,0
	54-4 гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,3	19,7	93,73
		Итого:	510	18,37	15,8	81,68	538,53

6 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод ы	
Завтрак	54-6к	Каша пшеница на молоке	200	8,3	10,2	37,6	274,9
	54-1з	Сыр порциями	20	4,7	5,9	0	71,6
	54-2хн	Компот из кураги	200	1,0	0,1	9,3	66,9
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
	Пр	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	560	17,46	16,93	76,37	551,53

7 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
	54-28з	Свегла отварная долькаами	60	0,9	0,10	5,2	25,2
	54-9м	Жаркое по домашнему	200	14,6	18,7	27,2	318,0
	54-13 хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
				0	0	0	
		Итого:	500	19,16	19,33	67,27	502,23

8 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-6г	Рис отварной	170	3,9	5,1	38,9	217,06
	54-2м	Мясо тушеное	90	11,89	14,0	2,35	210,0
	54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	24,58	93,73
		Итого;	500	19,15	19,43	72,53	548,69

9 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-3м	Фрикадельки мясные с соусом	120	10,61	12,24	14,7	221,83
	54-1лг	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
	Пр	Сок фруктовый	210	0,27	0	22,8	92,27
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		Итого:	520	17,14	17,77	76,97	547,23

10 День	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	1-4 класс Выход (вес) порции	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-3г	Макаронны отварные с маслом и сыром	200	10,4	12,0	31,78	264,0
	54-21 гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
	Пр	Фрукт (банан)	100	1,1	0,2	17,8	95,0
		Итого:	540	19,16	16,13	81,85	553,13