


Приложение №4
к приказу по школе
от 30.08.2024г. № 333

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


Штайгервальд Т.М.



Циклическое меню
МБОУ «Косихинская СОШ им. А.М. Топорова»
для обучающихся с ОВЗ 1-9 классы
на 2024-2025 учебный год

1 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	Белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	175	Каша молочная рисовая	240	3,3	8,6	23,2	183,4
	379	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	2,67	29,2	155,2
	15	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	71,66
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
Обед	45	Овоши в нарезке	100	0,55	0,1	1,9	107,52
	8	Суп картофельный с бобовыми	250	5,9	5,28	16,33	134,75
	267	Котлета мясная	100	9,87	17,33	8,8	230,67
	312	Картофельное пюре	200	7,23	6,3	52,5	146,3
	375	Компот	200	1,16	0,3	47,26	196,38
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1412,92

2 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	309	Каша молочная манная	240	3,3	8,6	23,2	183,0
	76	Сыр порциями	20	6,96	8,85	0	71,66
	376	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40,0
	пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	14	Масло порциями	10	0,1	0,1	0,13	65,72
Обед	45	Овощи в нарезке	100	0,55	0,1	1,9	107,52
	96	Суп крестьянский со сметаной	250	2,2	5,2	15,58	138,9
	309	Макаронные изделия	200	5,1	7,5	28,5	201,9
	250	Гуляш мясной	100	9,47	9,2	3,0	186,75
	377	Чай с сахаром и лимоном	200	0,53	0,18	24,84	41,6
	пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1224,1

3 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	Белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	173	Каша молочная овсяная	220	6,1	4,0	36,96	208,24
	209	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,84
	377	Чай с сахаром и лимоном	200	0,53	0	9,87	41,6
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	15	Сыр порциями	20	6,96	8,85	0	71,66
обед							
	111	Суп лапша по-домашнему	250	7,3	6,3	49,3	283,1
	302	Каша гречневая с маслом сливочным	200	8,9	4,1	39,84	231,86
	269	Тефтели мясные	100	21,32	9,93	0,87	230,67
	376	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,87	40,0
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1357,01

4 День		№	Наименование блюда	Выход	Белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак		ТК						
		122	Запеканка творожная	100	14,8	7,7	20,9	341,0
		382	Какао на молоке	200	3,78	0,67	26,0	125,11
		338	Фрукт	200	0,6	0,6	14,7	133,2
Обед								
		82	Борщ со сметаной	250	1,83	4,9	11,75	298,5
		69	Каша перловая	200	2,5	4,3	12,4	183,5
		376	Чай с сахаром	200	0,53	0	9,47	40,0
267	Котлета мясная	100	9,87	17,33	8,8	230,67		
Пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52		
	Итого:						1455,5	

5 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	11	Суп лапша на молоке	250	7,63	5,0	2,8	260,3
	8	Чай с молоком	200	3,6	2,67	0,93	155,0
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,16	0,4	19,32	93,52
Обед	45	Овощи в нарезке	100	0,55	0,1	1,9	107,52
	259	Суп рисовый	250	1,83	4,9	11,75	98,4
	227	Рыба припущенная	100	14,5	4,11	0,46	80,93
	312	Картофельное пюре	200	7,23	6,3	52,5	146,3
	375	Компот	200	1,16	0,3	47,26	196,38
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1331,87

6 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углево ды	калорий нось
Завтрак	175	Каша молочная пшениная	240	3,3	8,6	23,2	183,4
	15	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	71,66
	379	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	2,67	29,2	155,2
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
Обед	45	Овоши в нарезке	100	0,55	0,1	1,9	107,52
	111	Суп вермишелевый	250	7,3	6,3	49,3	283,1
	312	Картофельное пюре	200	7,23	6,3	52,5	146,3
	267	Котлета мясная	100	9,87	17,33	8,8	230,67
	388	Напиток из шиповника	200	0,4	0,27	17,2	72,8
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1437,69

7 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	178	Каша молочная манная	200	3,3	8,6	23,2	183,4
	15	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	71,66
	379	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	2,67	29,2	155,2
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
Обед	298	Суп уха-рыбацкая	250	1,8	26,4	20,1	201,4
	312	Картофель тушеный с мясом	200	7,23	6,3	52,5	146,3
	352	Кисель	200	0,24	0,12	35,86	145,08
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1296,75

8 день	№ ТК	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	1769	Каша овсяная молочная	240	6,1	4,0	36,96	208,24
	14	Масло порциями	20	0,1	7,2	0,13	65,72
	388	Напиток из шиповника	200	0,4	0,27	17,2	72,8
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	15	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	71,66
Обед	25	Суп картофельный с клецками	250	8,6	7,1	19,2	198,0
	304	Рис отварной	200	3,67	5,42	36,67	230,11
	250	Гуляш мясной	100	9,47	9,2	3,0	186,75
	377	Чай с сахаром и лимоном	200	0,53	0	9,87	41,6
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					

9 День	№ ТК	Наименование блюда	Выход	Белки	жиры	углево ды	калорий ность
Завтрак	175	Каша молочная рисовая	240	3,3	8,6	23,2	183,4
	379	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	2,67	29,2	155,2
	14	Масло порциями	20	0,1	7,2	0,13	65,72
	пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
	15	Сыр порциями	20	4,64	5,9	0	71,66
	98	Суп гречневый	250	2,7	2,78	14,58	90,68
	267	Тефтели мясные	90	9,87	17,33	8,8	178,13
	309	Макаронные изделия	220	5,1	7,5	28,5	201,9
	375	Компот	200	1,16	0,3	47,26	102,9
	пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
		Итого:					1236,13

10 День		№	Наименование блюда	Выход	белки	жиры	углево ды	калорий ность
		ТК						
Завтрак		11	Суп лапша на молоке	250	7,63	5,0	2,8	260,3
		15	Сыр порциями	15	6,96	8,85	0	71,66
		379	Кофейный напиток на молоке	200	3,6	2,67	29,2	155,2
		Пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
Обед		45	Овоши в нарезке	100	0,55	0,1	1,9	107,52
		88	Щи со сметаной	250	1,8	4,98	8,13	84,48
		312	Картофельное пюре	200	7,23	6,3	52,5	146,3
		250	Гуляш мясной	100	9,67	9,87	2,27	176,75
		375	Компот	200	1,16	0,3	47,26	102,9
		Пр	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,4	19,32	93,52
			Итого:					