

Приложение №8
к приказу по школе
от 30.08.2024г. № 333

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



Штайгервальд Т.М.

Цикличное меню
для обучающихся с ОВЗ 1-9 классы
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	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	Объём (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-1к	Каша молочная кукурузная жидкая	200	5,8	5,8	33,0	207,9
	54-4гн	Кофейный напиток на молоке	200	3,8	2,9	11,3	86,0
	54-1з	Сыр порционными	20	4,7	5,9	0	71,6
	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			503,63
Обед	54-8с	Суп гороховый	250	5,3	5,0	19,9	146,00
	54-4м	Котлета мясная	90	12,74	23,14	13,24	265,56
	54-1г	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
	54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
			Итого:	730			672,59

2 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОВЗ Выход (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод ы	
Завтрак	54-27к	Каша молочная манная	250	6,63	7,13	31,63	217,87
	54-1з	Сыр порционными	20	4,7	5,9	0	71,6
	54-21гн	Какао с молоком	200	4,6	3,6	12,6	100,4
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		Итого:		510			483,6
обед	54-28з	Свекла отварная дольками	100	1,5	0,2	8,7	42,0
	54-13с	Суп щи из свежей капусты	250	1,67	3,93	7,33	71,65
	54-1г	Макаронны 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	0,3	0	6,3	27,9
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,4	19,67	93,73
		Итого:	850			678,5	

3 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	Объём (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод	
Завтрак	54-9к	Каша молочная овсяная	240	10,32	13,56	41,16	327,48
	54-1з	Сыр порциями	20	4,7	5,9	0	71,6
	54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
			500				558,11
Обед	52-2с	Суп картофельный с рыбой (минтай)	250	10,48	3,25	18,25	144,23
	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
	54-4гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	ПР	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,6	25,2	117,16
		Итого:	770				656,02

4 День	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОВЗ Выход (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетич еская ценность, ккал
				белки	жиры	углево ды	
Завтрак	54-19к	Суп лапша на молоке	250	6,9	5,68	22,33	167,78
	54-23гн	Кофейный напиток на молоке	200	3,8	2,9	11,3	86,0
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,84	0,50	24,58	117,16
	53-19з	Масло сливочное	10	0,1	7,2	0,1	66,1
	Пр	Фрукт яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	610				481,44
обед	54-28з	Морковь отварная дольками	60	0,8	2,0	4,1	37,6
	54-9с	Суп фасолевый	250	5,17	4,95	17,52	135,38
	54-7р	Рыба припущенная в молоке (минтай)	100	11,25	9,4	3,0	149,0
	54-11г	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
	54-2хн	Компот из кураги	200	1,0	0,1	9,3	66,9
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,4	24,58	117,16
		Итого:	810				645,44

5 день	№ рецептур	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОВЗ (вес порции (мл или гр))	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод	
Завтрак	54-1г	Каша молочная дружба	250	6,25	7,25	30,13	211,13
	54-13хн	Компот из чернослива	200	0,5	0,2	19,5	81,3
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,4	24,58	117,16
	53-18з	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,1
		Итого:	510				475,69
Обед	54-11с	Суп крестьянский с рисом	250	2,18	6,3	13,5	119,38
	54-11м	Плов с мясом	270	15,11	15,6	55,48	418,0
	54-4гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,4	24,58	117,16
	Пр	Фрукт (банан)	100	1,1	0,2	17,8	95,0
		Итого:	870				776,34

6 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОБЗ Выход (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод ы	
Завтрак	54-6к	Каша пшениная 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	93,52
	Пр	Фрукт (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
			Итого:	560			
Обед	54-7с	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,15	2,7	22,65	127,5
	54-4м	Котлета мясная	90	5,3	23,14	13,24	265,56
	54,1г	Картофельное пюре	150	3,2	5,2	19,8	139,4
	54-13хн	Напиток из пшеники	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
			Итого:	730			

День	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОБЗ (вес порции (мл или гр))	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-1к	Каша молочная кукурузная жидкая	250	7,25	7,25	41,25	259,87
	54-2гн	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,5	26,8
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,4	24,54	117,16
	Пр	Сыр порция	20	4,7	5,9	0	71,6
		Итого:	520				475,43
Обед	54-27з	Свекла отварная дольками	60	0,9	0,1	5,2	25,2
	54-8с	Суп гороховый	250	5,3	5,02	19,9	146,0
	54-9 м	Жаркое по домашнему	200	14,6	18,7	27,2	318,0
	54-13 хн	Напиток из пшопника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,4	24,58	116,9
		Итого:	760				671,4

8 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОВЗ Выход (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углевод ы	
Завтрак	54-9к	Каша молочная овсяная	240	10,32	13,56	41,16	327,48
	54-1з	Сыр порциями	20	4,7	5,9	0	71,6
	54-4гн	Чай с молоком	200	1,6	1,1	8,7	50,9
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		Итого:		500			543,71
Обед	54-27с	Суп рыбный (сапра)	250	7,38	8,45	15,68	168,25
	54-2м	Мясо тушеное	90	11,89	14,0	2,35	210,0
	54-6г	Рис отварной	170	3,9	5,1	38,9	217,06
	54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
	ПР	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
	Итого:		750			716,94	

9 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	Объём (вес) порции (мл или гр)	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-25 1к	Каша рисовая на молоке	250	6,6	6,8	35,9	230,62
	54-13хн	Напиток из шиповника	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Пр	Хлеб пшеничный	50	3,82	0,4	24,58	117,16
	53-18з	Масло сливочное	10	0,1	7,3	0,1	66,1
		Итого:		510			
Обед	54-13с	Суп щи из свежей капусты	250	1,67	3,93	7,33	71,65
	54-3м	Фрикадельки мясные с соусом	120	10,61	12,24	14,7	221,83
	54-1лр	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	0,3	19,67	93,73
	Итого:		770				618,88

10 день	№ рецептуры	Наименование блюда, прием пищи (завтрак)	ОБЗ (вес порции (мл или гр))	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
				белки	жиры	углеводы	
Завтрак	54-3г	Макаронные изделия с сыром	200	10,4	12,0	31,78	290,75
	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 (яблоко)	100	0,4	0,4	9,8	44,4
		Итого:	540				529,28
Обед	54-14с	Суп борщ с капустой и картофелем	250	1,6	4,6	11,0	91,23
	54-4м	Котлета мясная	90	12,74	23,14	13,24	265,56
	54-4г	Каша гречневая вязкая	150	4,2	5,0	21,83	146,0
	54-3гн	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0	6,7	27,9
	Пр	Хлеб пшеничный	40	3,06	0,33	19,67	93,73
		Итого:	730				624,42