

Утверждено:

ИП Пичур Ю.Н.

Согласовано:

Директор МАОУ СОШ №4

И.Б. Грабцевич

ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

на обеспечение питанием обучающихся (1-4 классы)

с ограниченными возможностями здоровья, получающих начальное образование, (в возрасте от 7 до 11 лет включительно)

для одного ребенка 2 раза в день

с 01.01.2025 года

МАОУ СОШ № 4 г. Томска

2 смена



Примерное циклическое меню по обеспечению питанием обучающихся с ОВЗ (1-4 классы), получающих начальное образование, (в возрасте от 7 до 11 лет включительно), вторая смена

1 ДЕНЬ

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг					Энергет. ч. ден-ть ккал
			Белки	Жиры	Углев.	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C		
	обед															
102	Суп картофельный с бобовыми	200	4,08	4,28	19,08	17,36	19,4	46,72	0,62	0,02	0,02	0,02	0,9	4,72	118,6	
279	Тефтели из говядины или из куриного филе с соусом	60/30	8,7	15	14,4	35,7	18,3	81,7	1,1	0,04	0,1	0,11	2,9	5,3	225	
302	Каша гречневая	150	8,2	6,5	42,8	18,57	133,3	198	2,96	0,03	0,21	0,15	2,4	0	262,2	
ТТК 1	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	3,8	3,1	4,8	6	0	8,2	4,2	8,4	0,1	82,2	
ТТК 2	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	1,35	3,75	5,85	6,45	0	3,6	1,35	3,45	0	60,9	
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	9	20	10	0	0	0,5	0,6	0,6	6,5	30	37,7	
	итого обед		26,43	27,48	110,68	96,78	187,9	337,1	17,13	0,59	12,7	6,43	24,55	40,12	786,6	
	полдник															
	Фрукт	1 шт.	0,1	0	15	5,8	2,25	2,47	0,27	0	0	0	0,06	0,06	87	
415	Кулинарное изделие (Крендель сахарный)	50	4,5	3,5	25	37,9	17,3	70	0,76	22	0,07	0,09	0,85	0,09	155	
378/37 6	Чай с молоком или сахаром	200	1,52	1,35	15,9	154,6	15,4	92,8	0,41	10	0,04	0,16	0,12	1,33	81	
	итого полдник		6,12	4,85	55,9	198,3	34,95	165,3	1,44	32	0,11	0,25	1,03	1,48	323	
	итого		32,55	32,33	166,58	295,08	222,8	502,3	18,57	32,6	12,8	6,68	25,58	41,6	1109,6	

Примерное циклическое меню по обеспечению питанием обучающихся с ОВЗ (1-4 классы), получающих начальное образование, (в возрасте от 7 до 11 лет включительно), вторая смена

2 ДЕНЬ

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг					Витамины, мг					Энергетическая ценность ккал
			Белки	Жиры	Углев.	Ca	Mg	P	Fe	A	B1	B2	PP	C		
	обед															
101/95	Суп картофельный с крупой или рассольник домашний	200	1,98	2,5	13,9	21,8	26,4	64	0,99	0	0,1	0,07	0,07	9,97		95

297	Фрикаделька из куриного филе	90	16,06	24,3	16,2	3,3	5,26	13,65	5,55	1,95	3,6	3,46	36
304	Рис отварной	150	3,77	6,1	41,4	1,17	18,6	59,3	0,51	0,03	0,03	0,02	0,66
ТТК 1	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	3,8	3,1	4,8	6	0	8,2	4,2	8,4
ТТК 2	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	1,35	3,75	5,85	6,45	0	3,6	1,35	3,45
376	Чай с сахаром	200	0,2	0	9	5,8	2,25	2,47	0,27	0	0	0	0,06
	итого обед		27,16	34,6	105,9	37,22	59,36	150,1	19,77	1,98	15,5	9,1	48,64
	полдник												
	Фрукт	1 шт.	0,1	0	15	5,8	2,25	2,47	0,27	0	0	0	0,06
424	Кулинарное изделие (Булочка домашняя)	50	4,5	3,5	25	37,9	17,3	70	0,76	22	0,07	0,09	0,85
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0	9	20	10	0	0	0,5	0,6	0,6	6,5
	итого полдник		4,9	3,5	49	63,7	29,55	72,47	1,03	22,5	0,67	0,69	7,41
	итого		32,06	38,1	154,9	100,92	88,91	222,5	20,8	24,5	16,2	9,79	56,05

Примерное циклическое меню по обеспечению питаниям обучающихся с ОВЗ (1-4 классы), подучаую начальное образование, (в возрасте от 7 до 11 лет включительно), вторая смена

3 ДЕНЬ

№ реч.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества, г			Минеральные вещества, мг							Витамины, мг			
			Белки	Жиры	Углев.	Са	Мг	Р	Fe	A	B1	B2	PP			
	обед															
103	Суп с макаронными изделиями	200	10,75	11,35	69,82	116,8	109,1	270,3	4,5	0	0,45	0,25	4,73			
234/239	Котлета (тефтели) рыбные с соусом	90	7,44	7,25	10,59	57,44	18,32	110,1	0,57	16,7	0,07	0,06	0,94			
312	Картофельное пюре	150	3,12	5,1	18,57	36,7	26	71,4	0,76	0,03	0,2	0,09	2,1			
ТТК 1	Хлеб пшеничный	30	3,2	1,4	13,1	3,8	3,1	4,8	6	0	8,2	4,2	8,4			
ТТК 2	Хлеб ржаной	30	1,95	0,3	12,3	1,35	3,75	5,85	6,45	0	3,6	1,35	3,45			
388/345/348	Напиток из шиповника (ягод)	200	0,68	0,28	20,76	21,34	3,44	3,44	0,63	0	0,01	0,05	0,24			
	итого обед		27,14	25,68	145,14	237,43	163,7	465,9	18,91	16,7	12,5	6	19,86			
	полдник															
	Фрукт	1 шт.	0,1	0	15	5,8	2,25	2,47	0,27	0	0	0	0,06			