

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский

М.Г. Олейник

«22» января 2024 года

МЕНЮ

на «22» января 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Обед					
59,8	Салат из кукурузы консерв.,	60/100	15-53	15-53	99,3
136	Суп картофельный (горох)	212/265	5-00	26-60	171
258,75	Котлета из птицы	95/105	42-94	46-11	260
125	Сложный гарнир	150/200	13-33	18-75	166,6
125,8	Сок персиковый	200	29-00	29-00	125,8
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
			111-64	141-83	

Повар

 Л.Г. Хомяк




Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «22» января 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
	Завтрак				
186,49	Каша пшеничная	200/250	10-68	11-75	233,11
63	Яйцо вареное	40	13-00	13-00	63
100,6	Кофейный напиток	200	11-50	11-50	100,6
100	Бутерброд с мясными продуктами	50/60	28-76	33-85	120
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5
		ит	104-94	111-10	
	Обед				
59,8	Салат из кукурузы	60/100	15-53	15-53	99,3
136	Суп картофельный (горох)	212/265	5-00	26-60	171
258,75	Котлета из птицы	95/105	42-94	46-11	260
125	Сложный гарнир	150/200	13-33	18-75	166,6
125,8	Сок персиковый	200	29-00	29-00	125,8
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
			111-64	141-83	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский



М.Ф. Олейник.

«23» января 2024 года

МЕНЮ

на «23» января 2024 года

Энергетическая ценность ккал	Наименование	Выход продукта гр	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность ккал
Обед					
6	Соленый огурец	60/100	18-33	18-33	10
160,1	Рассольник с мясом, сметаной	220/270	10-92	13-34	196,40
105	Рыба в томате с овощами	100/120	28-71	34-35	126
209,7	Рис отварной	150/180	10-74	11-97	251,64
122,2	Компот из изюма	200	5-94	5-94	122,2
105,2	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
1					
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
49,5	Яблоко	100	17-50	17-50	49,5
			97-98	107-27	

Повар

Л.Г. Хомяк



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «23» декабря 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак					
36	Сыр порционно	10/15	9-68	14-08	36
294	Каша рисовая вязкая	210	22-17	22-17	294
118,6	Какао с молоком	200	13-12	13-12	118,6
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5
70,14	Хлеб пшеничный	30/50	2-88	2-88	116,9
Обед					
6	Овощи нат соленые (Огурец)	60/100	18-33	18-33	10
160,1	Рассольник с мясом со сметаной	220/270	10-92	13-34	196,40
105	Рыба в томате с овощами	100/120	28-71	34-35	126
209,7	Рис отварной	150/180	10-74	11-97	251,64
122,2	Компот из изюма	200	5-94	5-94	122,2
105,2	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
1					
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
49,6	Яблоко	100	17-50	17-50	49,6
		ит	184-30	197-78	

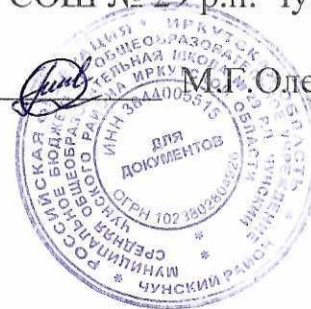
Повар

Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский

М.Г. Олейник.

«24» января 2024 года



МЕНЮ

на «24» января 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Обед					
81,6	Салат из белокочанной капусты с морковью	60/100	4-25	7-04	136
96,67	Суп с мясными фрикадельками	228/285	30-07	37-79	120,84
281,22	Рагу из птицы	240/280	69-88	75-95	328
84,8	Сок	200	29-00	29-00	84,8
105,21	Хлеб пшеничный	25/37	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	45/60	2-00	2-00	64,10
105,6	Банан	100	15-00	15-00	105,6
			154-04	170-62	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский

М.Г. Олейник

«24» января 2024 года



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «24» января 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)	
	Завтрак					
108,8	Бутерброд- батон с маслом	40/60	12-67	17-21	163,2	
233,74	Каша кукурузная	210	21-13	21-13	233,74	
61	Чай с лимоном	200	3-82	3-82	61	
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5	
70,14	хл пш	30	2-88	2-88	70,14	
	Ит					
	Обед					
81,6	Салат из капусты	60/100	4-25	7-04	136	
96,67	Суп с мясными фрикадельками	228/285	30-07	37-79	120,84	
281,22	Рагу из птицы	240/280	69-88	75-95	328	
84,8	сок	200	29-00	29-00	84,8	
105,21	Хлеб пшеничный	25/37	3-84	3-84	140,28	
43,32	Хлеб ржаной	45/60	2-00	2-00	64,10	
105,6	Банан	100	15-00	15-00	105,6	
			126-86	143-44		

Повар

Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский



МЕНЮ

на «25» января 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Обед					
13,2	Овощи нат., соленые (помидор)	60/100	12-76	12-76	22
76,2	Суп из овощей	200/250	6-26	8-71	95,25
247,5	Шницели мясные	90/100	65-05	71-81	297
168,45	Макаронные изделия отварные	150/180	7-50	8-97	202,14
88,2	Напиток шиповника	200	6-94	6-94	88,2
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
44	Апельсин	100	24-00	24-00	44
			128-35	139--03	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 20 г.п. Чунский



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «25» января 2024 года

Энергетическая ценность(ккал)	Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак					
113,3	Бутерброд с повидлом	40/60	13-72	13-72	170,1
289	Запеканка творожная	200/230	79-27	91-02	332,35
63	Яйцо вареное	40	15-00	15-00	63
1,4	Чай без сахара	200	0-54	0-54	1,4
		ИТ			
Обед					
13,2	Соленый помидор	60/100	12-76	12-76	22
76,2	Суп из овощей	200/250	6-26	8-71	95,25
172	Шницели	90/100/5	65-05	71-81	226
168,45	Макаронные изделия отварные	150/180	7-50	8-97	202,14
110	Напиток шиповника	200	6-94	6-94	110
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
44	Апельсин	100	24-00	24-00	44
			200-96	222-54	

Повар

Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский



«26» января 2024 года

МЕНЮ

на «26» января 2024 года

Энергетическая ценность ккал	Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Обед					
6	Огурец соленый	60/100	18-33	18-33	10
87,7	Борщ со сметаной	210/265	8-30	9-74	110,67
258,75	Котлета из птицы	90/100	42-94	46-11	260
112,5	Картофельное пюре	150/180	12-84	15-88	135
132,8	Компот из сухофруктов	200	4-70	4-70	132,8
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
			93-54	101-19	

Повар



Л.Г. Хомяк



«26» января 2024 года

Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «26» января 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)	
	Завтрак					
100	Бутерброд с мясом	50/60	26-53	31-48	120	
279,4	Каша манная	200/250	19-18	21-13	349,25	
100,6	Кофейный напиток	200	12-10	12-10	100,6	
56,5	Йогурт 2,5%	100	41-00	41-00	56,5	
		ит				
	Обед					
6	Огурец соленый	60/100	18-33	18-33	10	
87,7	Борщ со сметаной	210/265	8-30	9-74	110,67	
258,75	Котлета из птицы	90/100	42-94	46-11	260	
112,5	Картофельное пюре	150/180	12-84	15-88	135	
132,8	Компот из сухофруктов	200	4-70	4-70	132,8	
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28	
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10	
			191-71	206-29		

Повар

Л.Г. Хомьяк