

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



## МЕНЮ

на «11» марта 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность
<b>Обед</b>					
45,8	Салат Витаминный	60/100	6-31	10-46	76,3
121,44	Щи из свежей капусты	200/250	7-43	8-70	151,8
128,7	Голубцы ленивые	90-100	26-78	35-51	143
114,8	Компот из кураги	200	11-70	11-70	114,8
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	105,21
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	43,32
153	Картофель отварной	150-180	10-05	12-00	183,6
			<b>68-11</b>	<b>84-21</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «11» марта 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта(г)	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
<b>Завтрак</b>					
186,49	Каша пшеничная	200/250	10-68	11-75	283,11
100,6	Кофейный напиток	200	11-50	11-50	100,6
170,1	Бутерброд с повидлом	60	13-32	13-32	170,1
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5
			<b>76-50</b>	<b>77-57</b>	
<b>Обед</b>					
45,8	Салат витаминный	60/100	6-21	10-46	76,3
121,44	Щи из свежей капусты	210/250	7-43	8-70	151,8
128,7	Голубцы ленивые	90/100	26-78	35-51	143
153	Картофель отварной	150/180	10-05	12-00	183,6
114,8	Компот из кураги	200	11-70	11-70	114,8
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	105,21
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	43,32
	<b>Итого</b>		<b>68-11</b>	<b>84-21</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



## МЕНЮ

на «12» марта 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность
<b>Обед</b>					
47,46	Салат из свеж., помидоров с луком	60/100	19-92	33-13	79,1
87,2	Суп с макаронными изделиями	250	4-37	6-04	109
195,8	Рыба запеченная с картофелем по русски	200/240	39-02	46-74	235
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	44,1
49,5	яблоко	100	17-50	17-50	49,5
			<b>93-59</b>	<b>116-19</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «12» марта 2024 года

Энергетическая ценность ккал	Наименование	Выход продукта (гр)	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность ккал
<b>Завтрак</b>					
44	Масло	5/10	4-14	8-27	88
54	Сыр	15/20	14-02	18-40	72
261,92	Каша из риса и пшена	220/250	18-60	23-03	297,64
50	Чай с сахаром	200	1-82	1-82	50
70,14	Хлеб пшеничный	30	2-88	2-88	70,14
		<b>ит</b>	<b>41-46</b>	<b>54-40</b>	
<b>Обед</b>					
47,46	Салат из свеж., помидоров с луком	60/100	19-92	33-13	79,1
87,2	Суп с макаронными изделиями	200/250	4-37	6-04	109
195,8	Рыба запеченная с картофелем по русски	200/240	39-02	46-74	235
88,2	Напиток из шиповника	200	6-34	6-34	88,2
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,1
49,5	яблоко	100	17-50	17-50	49,5
			<b>93-59</b>	<b>116-19</b>	

*подпись*

*Л.Т. Колесникова*

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



## МЕНЮ

на «13»марта 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность
<b>Обед</b>					
40,38	Салат из свеж., огурцов	60/100	26-18	43-77	67,3
87,7	Борщ с капустой и картофелем	210/250	8-30	9-74	110,67
251,7 3	Жаркое по- домашнему	170/200	50-65	65-46	312,4
84,8	Сок яблочный	200	29-00	29-00	84,8
105,2 1	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	105,21
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	43,32
105,6	банан	100	18-00	18-00	105,6
			<b>137-97</b>	<b>171-81</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «13» марта 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (гр)	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>					
108,8	Бутерброд батон с маслом	40/60	11-87	16-01	163,2
289	Запеканка из творога с МОЛОКОМ сгущенным	200/230	71-34	82-32	332,35
1,4	Чай без сахара	200	0-54	0-54	1,4
103,98	Хлеб ржаной	60	5-60	5-60	103,98
			<b>89-35</b>	<b>104-47</b>	
<b>Обед</b>					
40,38	Салат из свеж.,огурцов	60/100	26-18	43-77	67,3
87,7	Борщ с капустой и картофелем	200/250	8-30	9-74	110,67
251,7 3	Жаркое домашнему	170/220	50-65	65-46	312,4
84,8	Сок	200	29-00	29-00	84,8
105,2 1	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	105,21
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	43,32
105,6	банан	100	18-00	18-00	105,6
			<b>137-97</b>	<b>171-81</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



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



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

«14» марта 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта(гр)	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>					
279,4	Каша манная	200/250	17-94	19-77	349,25
61	Чай с лимоном	200	3-66	3-66	61
170,1	Бутерброд с повидлом	60/60	13-32	13-32	170,10
69,32	Хлеб ржаной	40	3-56	3-56	69,32
			<b>38-48</b>	<b>40-31</b>	
<b>Обед</b>					
14,4	Помидор свежий	60/100	23-04	38-52	24
108,6	Суп картофельный с фасолью	200/250	8-49	10-60	135,75
172	Шницели	90/100	65-05	71-81	226
168,45	Макаронные отварные	150/180	9-42	11-27	202,14
132,8	Компот из сухофруктов	200	4-70	4-70	132,8
105,21	Хлеб пшеничный	45	3-84	3-84	105,21
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,1
44	Апельсин	150	29-00	29-00	44
43,32	Хлеб ржаной	20	2-00	2-00	43,32
			<b>145-21</b>	<b>171-27</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



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

М.Б. Олейник.



«15» марта 2024 года

## МЕНЮ

на «15» марта 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта(г)	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Обед</b>					
40,32	Салат зеленый	60/100	16-29	27-08	67,2
111	Суп с домашней лапшой	200/250	18-71	23-54	139
165	Печень тушеная с томатом	100/120	38-32	45-85	198
243,75	Каша гречневая	150/180	9-72	11-27	292,5
88,4	Компот черносливом	200	8-90	8-90	88,4
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
			<b>97-78</b>	<b>122-48</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «15» марта 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта(гр)	7-10 лет	11-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>					
40,14	Батон	30/50	3-60	3-60	66,9
54	Сыр	15/20	14-02	18-94	72
132	масло		12-41	14-89	158,4
141,6	Суп молочный (гречка)	200/250	11-45	14-69	177
81	Чай с молоком	200	5-22	5-22	81
93,52	Хлеб пшеничный	40	3-38	3-38	93,52
56,5	Йогурт 25%	100	41-00	41-00	56,5
			<b>91-08</b>	<b>101-72</b>	
<b>Обед</b>					
40,32	Салат зеленый	60/100	16-29	27-08	67,2
111	Суп с домашней лапшой	200/250	18-71	23-54	139
165	Печень тушеная с томатом	100/120	38-32	45-85	198
243,75	Каша гречневая	150/180	12-84	15-88	292,5
88,4	Компот черносливом	200	8-90	8-90	88,4
105,21	Хлеб пшеничный	45/60	3-84	3-84	140,28
43,32	Хлеб ржаной	25/37	2-00	2-00	64,10
			<b>97-78</b>	<b>122-48</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк