

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

М.Г. Олейник



МЕНЮ

на «7» октября 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Обед					
59,8	Салат из кукурузы	60/100	17-40	28-93	99,3
136	Суп картофельный (горох)	200/250	19-25	23-90	171
258,75	Котлета из птицы	90/100	32-54	34-71	260
166,6	Сложный гарнир	150/200	15-00	21-06	125
125,8	Сок персиковый	200	27-00	27-00	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
			117-03	129-91	

Повар

Л.Г. Хомяк



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «7» октября 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	10-61	12-01	233,11
63	Яйцо вареное	40	9-00	9-00	63
100,6	Кофейный напиток	200	12-10	12-10	100,6
100	Бутерброд с мясными продуктами	50/60	31-26	37-20	120
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5
		ит	103-97	111-31	
	Обед				
59,58	Салат из кукурузы	60/100	17-40	28-93	99,3
136	Суп картофельный (горох)	200/250	19-25	23-90	171
258,75	Котлета из птицы	90/100	32-54	34-71	260
125	Сложный гарнир	150/200	15-00	21-06	166,6
125,8	Сок персиковый	200	27-00	27-00	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
			117-03	129-91	

Повар

 Л.Г. Хомяк

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



МЕНЮ

на «8» октября 2024 года

Энергетическая ценность ккал	Наименование	Выход продукта гр	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность ккал
Обед					
6	Огурец соленый	60/100	26-18	43-77	10
160,1	рассольник	220/265	24-10	29-97	196,4
105	Рыба в томате с овощами	100/120	31-07	37-17	126
209,7	Рис отварной	150/180	11-47	12-60	251,64
122,2	Компот из изюма	200	7-49	7-49	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	150	31-05	31-05	49,5
			137-2	167-89	

Повар

 Л.Г. Хомяк



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «8» октября 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак					
36	Сыр порционно	15/20	9-68	14-08	36
294	Каша рисовая вязкая	200/210	18-34	18-34	294
118,6	Какао с молоком	200	13-84	13-84	118,6
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5
70,14	Хлеб пшеничный	30/30	2-88	2-88	116,9
			85-74	90-14	
Обед					
6	Огурец соленый	60/100	26-18	43-77	10
160,1	рассольник	220/270	24-10	29-97	105,64
105	Рыба в томате с овощами	100/120	31-07	37-17	126
209,7	Рис отварной	150/180	11-47	12-60	251,64
122,2	Компот из изюма	200	7-49	7-49	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
74,25	Яблоко	150	26-25	26-25	74,25
ит			118-71	137-65	

Повар

Л.Г. Хомьяк

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

М.Г. Олейник.

«9» октября 2024 года



МЕНЮ

на «9» октября 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Обед					
81,6	Салат из капусты	100/100	4-76	7-88	136
96,67	Суп с мясными фрикадельками	228/285	35-93	45-26	120,84
217	Рагу из птицы	175/240	67-31	76-03	281,22
84,8	Сок	200	27-00	27-00	84,8
105,21	Хлеб пшеничный	45/70	3-84	3-84	163,66
43,32	Хлеб ржаной	45/60	2-00	2-00	64,10
105,6	Банан	100	20-50	20-50	105,6
			140-84	182-51	

Повар

 Л.Г. Хомяк

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



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «9» октября 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак					
108,8	Бутерброд- батон с маслом	60/100	12-67	17-21	163,2
233,74	Каша кукурузная	210	23-73	23-73	233,74
61	Чай с лимоном	200	4-01	4-01	61
56,5	Йогурт	100	41-00	41-00	56,5
70,14	хл пш	30	2-88	2-88	70,14
	Ит		83-84	89-59	
Обед					
81,6	Салат из капусты	60/100	4-76	7-88	136
96,67	Суп с мясными фрикадельками	228/285	35-93	45-26	120,84
281,22	Рагу из птицы	240/280	67-31	76-03	328
84,8	сок	200	27-00	27-00	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
			155-84	177-01	

Повар

Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 г. Чунский



МЕНЮ

на «10» октября 2024 года

Энергетическая ценность	Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Обед					
13,2	Сол помидор	60/100	13-64	22-73	22
76,2	Суп из овощей	200/250	7-39	9-43	95,25
172	Шницель мясной	100/120	64-52	71-17	226
168,45	Макаронные изделия отварные	150/180	8-88	10-63	202,14
88,2	Напиток шиповника	200	7-49	7-49	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
			131-76	151-29	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «10» октября 2024 года

Энергетическая ценность(ккал)	Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Завтрак					
113,3	Бутерброд с повидлом	60/100	14-93	14-93	170,1
289	Запеканка творожная	200/200	81-15	93,86	332,35
63	Яйцо вареное	40	9-00	9-00	63
1,4	Чай без сахара	200	0-66	0-66	1,4
		ит	96-74	109-45	
Обед					
13,2	Помидор соленый	60/100	13-64	22-73	22
76,2	Суп из овощей	200/250	7-39	9-43	95,25
172	Шницель мясной	90/100	64-52	71-17	226
168,45	Макаронные изделия отварные	150/180	8-88	10-63	202,14
88,2	Напиток шповника	200	7-49	7-49	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
66	Апельсин	150	24-00	24-00	66
			131-76	142-20	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



«11» октября 2024 года

МЕНЮ

на «11» октября 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	30-56	14
87,7	борщ	210/265	9-35	11-09	110,67
258,75	Котлета из птицы	90/100	32-54	34-71	260
112,5	Картофельное пюре	150/180	14-30	17-15	135
132,8	Компот из сухофруктов	200	4-80	4-80	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
			85-16	104-15	

Повар


 _____ Л.Г. Хомяк

Директор МБОУ СОШ № 29 г. Пунский



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «11» октября 2024 года

Энергетическая ценность (ккал)	Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак					
120	Бутерброд с мясом	60/100	31-26	37-20	200
279,4	Каша манная	200	22-01	22-01	279,4
100,6	Кофейный напиток	200	12-10	12-10	100,6
56,5	Йогурт 2,5%	100	41-00	41-00	56,5
		ит	106-37	112-31	
Обед					
6	Огурец соленый	60/100	18-33	30-56	10
87,7	Борщ	210/250	9-35	11-09	110,67
258,75	Котлета из птицы	90/100	32-54	34-71	260
112,5	Картофельное пюре	150/180	14-30	17-15	135
132,8	Компот из с/фр	200	4-80	4-80	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
			85-16	91-92	

Повар

 Л.Г. Хомяк