

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ СОШ № 29 р.п. Чунский

Олейник



13 января 2025 года

## МЕНЮ

на «13» января 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность	12-18 лет	Энергетическая ценность
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы	60/100	5-25	55,68	8-70	92,8
Щи из свежей капусты	200/250	8-00	121,44	9-68	151,8
Плов из курицы	180/220	27-26	274,8	34-90	341,98
Компот из кураги	200	11-42	114,8	11-42	114,8
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	105,21
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	43,32
<b>Итого</b>		<b>57-77</b>		<b>70-54</b>	

Повар


 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 29 г. Чунский



Слейник

13 января 2025 года

## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «13» января 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность( ккал)
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная	200/250	10-61	186,49	12-,1	283,11
Кофейный напиток	200	12-10	100,6	12-10	100,6
Бутерброд с повидлом	60	14-93	170,1	14-93	170,1
Йогурт	100	41-00	56,5	41-00	56,5
<b>Итого</b>		<b>78-64</b>		<b>78-64</b>	
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы	60/100	5-25	55,68	8-70	92,8
Щи из свежей капусты	210/250	8-00	121,44	9-68	151,8
Плов из курицы	180/220	27-26	274,8	34-90	341,98
Компот из кураги	200	11-42	114,8	11-42	114,8
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	105,21
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	43,32
<b>Итого</b>		<b>57-77</b>		<b>70-54</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



## МЕНЮ

на «14» января 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность	12-18 лет	Энергетическая ценность
<b>Обед</b>					
Горошек консерв.,	60/100	13-37	24	31-90	40
Суп с макаронными изделиями	250	4-83	87,2	6-20	135,75
Биточки рыбные	90/100	34-65	210	37-41	218,95
Рис отварной	150/180	11-47	209,7	12-60	251,64
Напиток шиповника	200	7-49	88,2	7-49	88,2
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	44,1
яблоко	100	17-50	49,5	17-50	49,5
<b>Итого</b>		<b>95-30</b>		<b>100-41</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

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



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «14» января 2025 года

Наименование	Выход продукта (гр)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность кал
<b>Завтрак</b>					
Масло	5/10	5-75	44	11-50	88
Сыр	15/20	14-08	54	18-48	72
Каша из риса и пшена	220/250	20-75	261,92	21-06	297,64
Чай с сахаром	200	2-01	50	2-01	50
Хлеб пшеничный	30	2-88	70,14	2-88	70,14
<b>Итого</b>		<b>41-07</b>		<b>51-53</b>	
<b>Обед</b>					
Горошек консервированный	60/100	13-37	24	31-90	40
Суп с макаронными изделиями	200/250	4-83	87,2	6-20	135,75
Биточки рыбные	90/100	34-65	210	37-41	218,95
Рис отварной	150\180	11-47	209,7	12-60	251,64
Напиток из шиповника	200	7-49	88,2	7-49	88,2
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	64,1
яблоко	100	17-50	49,5	17-50	49,5
<b>Итого</b>		<b>95-30</b>		<b>100-41</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 26 г. Чунский



«15» января 2025 года

## МЕНЮ

на «15» января 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Обед</b>					
Соленый огурец	60/100	18-33	6	30-56	10
Борщ с капустой и картофелем	210/250	9-35	87,7	11-09	110,67
Жаркое по-домашнему	170/200	51-26	251,73	66-18	312,4
Сок яблочный	200	27-00	84,8	27-00	84,8
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	105,21
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	43,32
банан	100	18-00	105,6	18-00	105,6
<b>Итого</b>		<b>129-78</b>		<b>146-44</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 30 г. Пунский



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «15» января 2025 года

Наименование	Выход продукта (гр)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<i>Завтрак</i>					
Бутерброд батон с маслом	40/60	15-10	108,8	20-85	163,2
Запеканка из творога с молоком сгущенным	200/230	81-15	289	93-86	332,35
Чай без сахара	200	0-66	1,4	0-66	1,4
Хлеб ржаной	60	5-60	103,98	5-60	103,98
<b>Итого</b>		<b>96-91</b>		<b>115-37</b>	
<i>Обед</i>					
Огурец соленый	60/100	18-33	6	30-56	10
Борщ с капустой и картофелем	200/250	9-35	87,7	11-09	110,67
Жаркое по-домашнему	170/220	51-26	251,73	66-18	312,4
Сок	200	27-00	84,8	27-00	84,8
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	105,21
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	43,32
банан	100	18-00	105,6	18-00	105,6
<b>Итого</b>		<b>129-78</b>		<b>146-44</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



## МЕНЮ

На « 16 » января 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность(ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Обед</b>					
Помидор соленый	60/100	13-64	13,20	22-73	22
Суп картофельный с фасолью	200/250	8-87	108,6	11-16	135,75
Шницели мясные	90/100	64-52	172	71-17	226
Каша гречневая	150/180	9-72	243,75	10-87	292,5
Компот из сухофруктов	200	4-80	132,8	4-80	132,8
Хлеб пшеничный	40	3-84	105,2	3-84	105,2
Хлеб ржаной	20	2-00	43,32	2-00	43,32
<b>Итого</b>		<b>107-39</b>		<b>117,48</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

«16» января 2025 года

Наименование	Выход продукта(гр)	7-11лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<i>Завтрак</i>					
Каша манная	200/250	22-01	279,4	24-05	349,25
Чай с лимоном	200	4-01	61	4-01	61
Бутерброд с повидлом	60/60	14-93	170,1	14-93	170,10
Хлеб ржаной	40	3-56	69,32	3-56	69,32
<b>Итого</b>		<b>44-51</b>		<b>46-55</b>	
<i>Обед</i>					
Помидор соленый	60/100	13-64	13,2	22-73	22
Суп картофельный с фасолью	200/250	8-87	108,6	11-16	135,75
Шницели мясные	90/100	64-52	172	71-17	226
Каша гречневая	150/180	9-72	243,75	10-87	292,5
Компот из сухофруктов	200	4-80	132,8	4-80	132,8
Хлеб пшеничный	45	3-84	105,21	3-84	105,21
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	64,1
Апельсин	150	29-00	44	29-00	44
Хлеб ржаной	20	2-00	43,32	2-00	43,32
<b>Итого</b>		<b>136-39</b>		<b>282,87</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



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



## МЕНЮ

на «17» января 2024 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Обед</b>					
Салат из моркови с горошком	60/100	11-43	73,2	18-63	122
Суп с домашней лапшой	200/250	17-08	111	21-44	139
Печень тушеная с томатом	100/120	35-26	165	36-19	198
Картофельное пюре	150/180	14-30	112,5	17-15	135
Компот черносливом	200	10-90	88,4	10-90	88,4
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	64,10
<b>Итого</b>		<b>94,81</b>		<b>110,64</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 10 г. Чунский



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «17» января 2025 года

Наименование	Выход продукта(гр)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<i>Завтрак</i>					
Батон	30/50	3-60	40,14	3-60	66,9
Сыр	15/20	14-08	54	18-48	72
масло		17-25	132	20-70	158,4
Суп молочный (гречка)	200/250	12-16	141,6	14-76	177
Чай с молоком	200	5-71	81	5-71	81
Хлеб пшеничный	40	3-38	93,52	3-38	93,52
Йогурт 2,5%	100	41-00	56,5	41-00	56,5
<b>Итого</b>		<b>97-18</b>		<b>107-63</b>	
<i>Обед</i>					
Салат из моркови с горошком	60/100	11-43	73,2	18-63	122
Суп с домашней лапшой	200/250	17-08	111	21-44	139
Печень тушеная с томатом	100/120	35-26	165	36-19	198
Картофельное пюре	150/180	14-30	112,5	17-15	135
Компот черносливом	200	10-90	88,4	10-90	88,4
Хлеб пшеничный	45/60	3-84	105,21	3-84	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-00	43,32	2-00	64,10
<b>Итого</b>		<b>94-81</b>		<b>110-64</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк