

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 Иркутский

М.П.



«21» апреля 2025 года

МЕНЮ

на «21» апреля 2025года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энерге- тически я ценнос- ть(ккал	12-18 лет	Энергетическа я ценность(ккал
<i>Обед</i>					
Помидор свежий	60/100	24-96	14,40	28-93	24
Суп картофельный (горох)	200/250	5-66	136	7-15	171
Куриные(голени) запеченные с чесноком	90/100	34-69	242,38	38-71	280,32
Сложный гарнир	150/200	15-57	166,6	21-85	125
Сок персиковый	200	28-00	125,8	28-00	125,8
Хлеб пшеничный	45/60	4-48	105,21	4-48	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-24	43,32	2-24	64,10
Итого		116- 60		128-39	

Повар

Л.Г. Хомяк



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «21» апреля 2025года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак					
Каша пшеничная	200/250	11-44	186,49	12-97	233,11
Оладьи с маслом	60/100	14-00	178,87	14-00	298,12
Кофейный напиток	200	12-80	100,6	12-80	100,6
Бутерброд с мясными продуктами	50/60	31-26	100	37-20	120
Йогурт	100	43-00	56,5	43-00	56,5
Итого					
Обед					
Помидор свежий	60/100	19-75	14,4	28-93	24
Суп картофельный (горох)	200/250	19-25	136	23-90	171
Куриные (голени) запеченные с чесноком	90/100	34-69	242,38	38-71	280,32
Сложный гарнир	150/200	15-57	125	21-85	166,6
Сок персиковый	200	28-00	125,8	28-00	125,8
Хлеб пшеничный	45/60	4-48	105,21	4-48	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-24	43,32	2-24	64,10
Итого		122-58		133-26	

Повар

Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 20 г. Чунский



МЕНЮ

на «22» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта гр	7-11 лет	Энергетическая ценность ккал	12-18 лет	Энергетическая ценность ккал
<i>Обед</i>					
Винегрет с растительным маслом	100	9-85	111,73	9-85	111,73
Суп крестьянский с крупой пшеничной	200/250	7-35	86,00	8-70	107,50
Рыба запеченная в сухарях с соусом	90/100/20	38-35	110,07	43-52	120,82
Рис отварной	150/180	11-97	209,7	13-10	251,64
Напиток лимонный	200	5-51	69,80	5-51	69,80
Хлеб пшеничный	45/60	4-48	105,21	4-48	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-24	43,32	2-24	64,10
Яблоко	150	26-25	49,5	26-25	49,5
Итого		126-48		136-72	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 2 г. Чунский



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «22» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
Завтрак					
Сыр порционно	15/20	11-28	36	19-40	36
Каша рисовая вязкая	200/210	25-93	294	25-83	294
Какао с молоком	200	15-90	118,6	15-80	118,6
Йогурт	100	43-60	56,5	43-00	56,5
Хлеб пшеничный	30/30	3-06	70,14	3-06	116,9
Итого		85-74		90-14	
Обед					
Винегрет с растительным маслом	100	9-85	111,73	9-85	111,83
Суп крестьянский с крупой	200/250	7-35	86,00	8-70	107,50
Рыба запеченная с соусом	100/120	38-35	110,07	43-52	120,82
Рис отварной	150/180	11-97	209,7	13-10	251,64
Напиток лимонный	200	5-51	69,80	5-51	69,80
Хлеб пшеничный	45/60	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-12	43,32	2-12	64,10
Яблоко	150	26-25	74,25	26-25	74,25
Итого		126-48		136-72	

Повар

 Л.Г. Хомяк

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



«23» апреля 2025 года

МЕНЮ

на «23» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Обед					
Салат из свеклы с сыром и чесноком	100/100	13-22	79,08	17-32	73,1
Суп с мясными фрикадельками	228/285	39-59	96,67	49-91	120,84
Рагу из курицы	150/200	31-80	217	42-30	281,22
Сок	200	28-00	84,8	28-00	84,8
Хлеб пшеничный	45/70	4-48	105,21	4-48	163,66
Хлеб ржаной	45/60	2-24	43,32	2-24	64,10
Банан	100	20-50	105,6	20-50	105,6
Итого		136-72		166-55	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 29 г. Цунский



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на « 23 » апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<i>Завтрак</i>					
Бутерброд- батон с маслом	60/100	16-39	108,8	22-69	163,2
Каша кукурузная	210	25-28	233,74	25-28	233,74
Чай с лимоном	200	4-11	61	4-11	61
Йогурт	100	43-00	56,5	43-00	56,5
хлпш	30	3-06	70,14	3-06	70,14
Итого		83-84		89-59	
<i>Обед</i>					
Салат из свеклы с сыром и чксноком	60/100	13-22	79,08	17,32	73,1
Суп с мясными фрикадельками	228/285	36-40	96,67	45-31	120,84
Рагу из курицы	240/280	67-52	281,22	76-25	328
сок	200	28-00	84,8	28-00	84,8
Хлеб пшеничный	25/37	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	45/60	2-12	43,32	2-12	64,10
Банан	100	15-00	105,6	15-00	105,6
Итого		136-72		166-55	

Повар


 Л.Г. Хомяк

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



МЕНЮ

на «24» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<i>Обед</i>					
Салат зеленый	60/100	9-41	40,32	15-76	67,2
Суп из овощей	200/250	7-75	76,2	9-89	95,25
Гуляш	100/120	44-66	247,5	69,28	297
Макаронные изделия отварные	150/180	9-43	168,45	11-28	202,14
Компот из свежих плодов	200	8-25	110	8-25	110
Хлеб пшеничный	45\60	4-48	105,21	4-48	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-24	43,32	2-24	64,10
Апельсин	100	24-00	44	24-00	44
Итого		110-22		145-11	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 30 Чунский



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «24» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергети- ческая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергети- ческая ценность(ккал)
<i>Завтрак</i>					
Бутерброд с повидлом	60/100	16-19	113,3	16-19	170,1
Запеканка творожная	200/200	81-15	289	93,86	332,35
Яйцо вареное	40	9-00	63	9-00	63
Чай без сахара	200	0-66	1,4	0-66	1,4
Итого		96-74		109-45	
<i>Обед</i>					
Салат зеленый	60/100	9-41	40,32	15-76	67,2
Суп из овощей	200/250	7-75	76,2	9-89	95,25
Гуляш	100/120	44-66	247,5	69-21	297
Макаронные изделия отварные	150/180	9-43	168,45	11-28	202,14
Компот из свежих плодов	200	8-25	110	8-25	110
Хлеб пшеничный	45/60	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-12	43,32	2-12	64,10
Апельсин	150	24-00	66	24-00	66
Итого		110,22		145-11	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ СОШ № 3 Чунский

М.Г.

«25» апреля 2025 года

МЕНЮ

на «25» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность ккал	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
Обед					
Салат витаминный	60/100	16-81	8,4	30-56	76,3
Рассольник	210/265	9-80	160,1	11-59	196,4
Куриные наггетсы	90/100	44-17	258,75	48-64	276
Картофельное пюре	150/180	15-58	112,5	19-19	135
Сок	200	29-00	84,80	29-00	84,80
Хлеб пшеничный	45/60	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-12	43,32	2-12	64,10
Итого		89-60		97-42	

Повар

Л.Г. Хомяк



Обучающиеся с ОВЗ

МЕНЮ

на «25» апреля 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергети- ческая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергети- ческая ценность (ккал)
Завтрак					
Бутерброд с мясом	60/100	31-66	120	37-64	200
Каша манная	200	23-56	279,4	25-58	279,4
Кофейный напиток	200	12-80	100,6	12-80	100,6
Йогурт 2,5%	100	43-00	56,5	43-00	56,5
Итого		106-37		112-31	
Обед					
Салат витаминный	60/100	16-81	8,4	30-56	76,3
Рассольник сметаной	210/265	9-80	87,7	11-59	110,67
Куриные наггетсы	90/100	44-17	258,75	38-63	276
Картофельное пюре	150/180	15-58	112,5	19-19	135
Сок	200	29-00	84,80	29-00	84,80
Хлеб пшеничный	45/60	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-12	43,32	2-12	64,10
Итого		89-60		97-42	

Повар

 Л.Г. Хомяк