



## МЕНЮ

на «17» марта 2025года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энерге тическая я ценнос ть(ккал	12-18 лет	Энергетическа я ценность(ккал
<b>Обед</b>					
Помидор свежий	60/100	24-96	14,40	28-93	24
Суп картофельный (горох)	200/250	5-66	136	7-15	171
Котлета из курицы	90/100	41-67	258,75	44-58	260
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
<b>Итого</b>		<b>122- 58</b>		<b>133-26</b>	

Повар

\_\_\_\_\_ Л.Г. Хомяк

Директор МБОУ СОШ № 29 г. Цуканский



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «17» марта 2025года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>					
Каша пшеничная	200/250	11-44	186,49	12-97	233,11
Яйцо вареное	40	14-00	63	14-00	63
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
<b>Итого</b>					
<b>Обед</b>					
Помидор свежий	60/100	19-75	14,4	28-93	24
Суп картофельный (горох)	200/250	19-25	136	23-90	171
Котлета из курицы	90/100	41-67	258,75	44-58	260
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
<b>Итого</b>		<b>122-58</b>		<b>133-26</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк

Директор МБОУ СОШ № 20 г. Чунский



## МЕНЮ

на «18» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта гр	7-11 лет	Энергетическая ценность ккал	12-18 лет	Энергетическая ценность ккал
<b>Обед</b>					
Салат из свежих огурцов	60/100	28-49	40,38	43-77	67,3
Борщ	220/265	9-80	87,7	11-59	110,67
Рыба в томате с овощами	100/120	35-66	105	42-63	126
Рис отварной	150/180	11-97	209,7	13-10	251,64
Компот из изюма	200	7-59	122,2	7-59	122,2
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
<b>Итого</b>		<b>126-48</b>		<b>136-72</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 10 г. Чунский



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «18» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>					
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	43-00	56,5	43-00	56,5
Хлеб пшеничный	30/30	3-06	70,14	3-06	116,9
<b>Итого</b>		<b>85-74</b>		<b>90-14</b>	
<b>Обед</b>					
Салат из свежих огурцов	60/100	28-49	40,38	43-77	67,3
Борщ из свежей капусты	220/265	9-80	87,7	11-59	110,67
Рыба в томате с овощами	100/120	35-66	105	42-63	126
Рис отварной	150/180	11-97	209,7	13-10	251,64
Компот из изюма	200	7-59	122,2	7-59	122,2
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
<b>Итого</b>		<b>126-48</b>		<b>136-72</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 20 Чунский



«19» марта 2025года

## МЕНЮ

на «19» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Обед</b>					
Салат из свежих помидоров и яблок	100/100	22-54	73,1	29-38	73,1
Суп с мясными фрикадельками	228/285	39-59	96,67	49-91	120,84
Рагу из курицы	175/240	45-34	217	64-45	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	<b>20-50</b>	105,6	<b>20-50</b>	105,6
<b>Итого</b>		<b>136-72</b>		<b>166-55</b>	

Повар

 Д.Г. Хомяк

Директор МБОУ СОШ № 99 г. Нунский



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на « 19 » марта 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<i><b>Завтрак</b></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
<b>Итого</b>		<b>83-84</b>		<b>89-59</b>	
<i><b>Обед</b></i>					
Салат из свежих помидоров и яблок	60/100	22-54	73,1	29-38	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	<b>15-00</b>	105,6	<b>15-00</b>	105,6
<b>Итого</b>		<b>136-72</b>		<b>166-55</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк

Директор МБОУ СОШ № 1 «УТВЕРЖДАЮ»  
Ивановский



«20» марта 2025 года

## МЕНЮ

на «20» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Обед</b>					
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	4-48	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
<b>Итого</b>		<b>110-22</b>		<b>145-11</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 29 р. Тулунский



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «20» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого</b>		<b>96-74</b>		<b>109-45</b>	
<b>Обед</b>					
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
Напиток шиповника	200	7-49	88,2	7-49	88,2
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
<b>Итого</b>		<b>110,22</b>		<b>145-11</b>	

Повар

 Л.Г. Хомяк



«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ СОШ № 29 г. Мухоморовский



## МЕНЮ

на «21» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта(г)	7-11 лет	Энергетическая ценность ккал	12-18 лет	Энергетическая ценность(ккал)
<b>Обед</b>					
Огурец свежий	60/100	16-81	8,4	30-56	14
Рассольник	210/265	9-80	160,1	11-59	196,4
Котлета из курицы	90/100	36-21	258,75	38-63	260
Картофельное пюре	150/180	15-58	112,5	19-19	135
Компот из сухофруктов	200	5-00	132,8	5-00	132,8
Хлеб пшеничный	45/60	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-12	43,32	2-12	64,10
<b>Итого</b>		<b>89-60</b>		<b>97-42</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк



## Обучающиеся с ОВЗ

### МЕНЮ

на «21» марта 2025 года

Наименование	Выход продукта (г)	7-11 лет	Энергетическая ценность (ккал)	12-18 лет	Энергетическая ценность (ккал)
<b>Завтрак</b>					
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
<b>Итого</b>		<b>106-37</b>		<b>112-31</b>	
<b>Обед</b>					
Огурец свежий	60/100	16-81	8,4	30-56	14
Рассольник сметаной	210/265	9-80	87,7	11-59	110,67
Котлета из курицы	90/100	36-21	258,75	38-63	260
Картофельное пюре	150/180	15-58	112,5	19-19	135
Компот из сухофруктов	200	5-00	132,8	5-00	132,8
Хлеб пшеничный	45/60	4-08	105,21	4-08	140,28
Хлеб ржаной	25/37	2-12	43,32	2-12	64,10
<b>Итого</b>		<b>89-60</b>		<b>97-42</b>	

Повар

Л.Г. Хомяк