



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ СОШ № г. Владивостока"

"УТВЕРЖДАЮ"

Ген. директор ООО "Фуд Магистраль"
Л.А. Алексеева



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
<i>Первый вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	75,4	100	102,5
2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	155,9	100	165,2
3	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	191,1	180	229,4
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	30	60,2
6	Молоко	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	75,4	100	102,5
2	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	160	205,9	180	231,6
3	КОТЛЕТА МЯСНАЯ С СОУСОМ (П/Ф)	140	175	150	205,4
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45	200	45,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	30	60,2
6	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
<i>Первый вариант</i>					
1	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ ОГУРЦОВ)	60	32,5	100	61,3
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	220	118,1	250	134,1
3	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	150	239,3	180	287
4	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	181,1	100	201,7
5	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	99	200	99
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
8					
<i>Второй вариант</i>					
1	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ (ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ ОГУРЦОВ)	60	32,5	100	61,3
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	220	118,1	250	134,1
3	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	170,7	180	204,8
4	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90	159,8	100	241,3
5	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	99	200	99
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
8					

ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

<i>Первый вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	71,4		
2	ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА С КАРТОФЕЛЬНЫМ ФАРШЕМ	180	467		
3	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7		
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	80,2		
5	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	71,4		
2	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	181,2		
3	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	150	239,3		
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	60,7		
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60		
6	МОЛОКО	200	116,4		