



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ "СОШ № г. Владивостока"

"УТВЕРЖДАЮ"

Ген. директор ООО "Фуд-Мастераль"
Л.А. Алексеева



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	60	51,2	100	102,5
2	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ	180	282,6	10	165,2
3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	200	229,4
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7	200	45,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	50	60,2
6	Молоко	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ	60	51,2	100	85,3
2	ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	282	200	341,5
3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	10	75
5	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7	200	60,7
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	50	100,3
7	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	75,4	100	125,8
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	220	113,1	250	128,3
3	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ	90/30	236,4	100/30	247,6
4	РИС ОТВАРНОЙ	150	209,3	180	279
5	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	58,1	200	58,1
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
<i>Второй вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	60	75,4	100	125,8
2	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	220	113,1	250	128,3
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	245	180	293,9
5	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	90	298,1	100	331,5
6	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	58,1	200	58,1
7	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
8	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2

ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	15	112,5		
2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	123,5		
3	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	35,4		
4	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	143,9		
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1		
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	120,1		
6	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	Масло порциями	10	75		
2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	298,9		
3	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	35,4		
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	228,5		
5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1		
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60		
7	МОЛОКО	200	116,4		