



"СОГЛАСОВАНО"  
 Директор МБОУ "СОШ № 1 г. Владивостока"

12.09

"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                     | БЛИНЧИКИ ПФ С МАСЛОМ                 | 60                                | 195   | 100       | 200   |
| 2                     | КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ                | 200                               | 210,3 | 250       | 262,8 |
| 3                     | ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ              | 200                               | 53,7  | 200       | 53,7  |
| 4                     | БАТОН ШКОЛЬНЫЙ                       | 30                                | 60,2  | 30        | 60,2  |
| 5                     |                                      |                                   |       |           |       |
| 6                     | Молоко                               | 200                               | 116,4 |           |       |
| <i>Второй вариант</i> |                                      |                                   |       |           |       |
| 1                     | БЛИНЧИКИ ПФ С МАСЛОМ                 | 60                                | 195   | 100       | 200   |
| 2                     | КАША МАННАЯ                          | 200                               | 205   | 250       | 275,3 |
| 3                     | ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ              | 200                               | 54    | 200       | 53,7  |
| 4                     | БАТОН ШКОЛЬНЫЙ                       | 30                                | 60,2  | 30        | 60,2  |
| 5                     |                                      |                                   |       |           |       |
| 6                     | Молоко                               | 200                               | 116,4 |           |       |
| Обед                  |                                      | Выход, г, энергетическая ценность |       |           |       |
|                       |                                      | 7-11 лет                          | Ккал  | 12-18 лет | Ккал  |
| <i>Первый вариант</i> |                                      |                                   |       |           |       |
| 1                     | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                     | 60                                | 55,9  | 100       | 92,7  |
| 2                     | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 220                               | 152,1 | 250       | 171,7 |
| 3                     | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                        | 90                                | 193,6 | 100       | 215,7 |
| 4                     | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                   | 150                               | 151   | 180       | 181   |
| 5                     | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ    | 200                               | 83,4  | 200       | 83,4  |
| 6                     | БАТОН ШКОЛЬНЫЙ                       | 20                                | 40    | 30        | 61,1  |
| 7                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30                                | 69,7  | 40        | 93,2  |
| <i>Второй вариант</i> |                                      |                                   |       |           |       |
| 1                     | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ                     | 60                                | 55,9  | 100       | 92,7  |
| 2                     | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ | 220                               | 152,1 | 250       | 171,7 |
| 3                     | ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ              | 150                               | 251   | 180       | 301   |
| 4                     | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ               | 90                                | 181,1 | 100       | 190,3 |
| 5                     | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ    | 200                               | 83,4  | 200       | 83,4  |
| 6                     | БАТОН ШКОЛЬНЫЙ                       | 20                                | 40    | 30        | 61,1  |
| 7                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                          | 30                                | 69,7  | 40        | 93,2  |

**ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ**

|                       |   |       |       |  |  |
|-----------------------|---|-------|-------|--|--|
| <i>Первый вариант</i> |   |       |       |  |  |
| 1                     | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 60    | 48,3  |  |  |
| 2                     | РИС ПРИПУЩЕННЫЙ                             | 150   | 191,1 |  |  |
| 3                     | ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ (П/Ф)               | 90/50 | 177,8 |  |  |
| 4                     | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ           | 200   | 83,4  |  |  |
| 5                     | БАТОН ШКОЛЬНЫЙ                              | 50    | 100   |  |  |
| 6                     | МОЛОКО                                      | 200   | 116,4 |  |  |
| <i>Второй вариант</i> |   |       |       |  |  |
| 1                     | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО | 60    | 48,3  |  |  |
| 1                     | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                             | 240   | 402,5 |  |  |
| 3                     | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ           | 200   | 83,4  |  |  |
| 4                     | БАТОН ШКОЛЬНЫЙ                              | 30    | 60    |  |  |
| 5                     | МОЛОКО                                      | 200   | 116,4 |  |  |