

14.09.



СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ "СОШ № г. Владивостока"

"УТВЕРЖДАЮ"

Ген. директор ООО "Фуд Магистраль"

Л.А. Алексеева



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	205,8	100	205,8
2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	255,6	250	417,3
3	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	86,3	200	112,3
4					
5	Молоко	200	116,4		
Второй вариант					
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	205,8	100	205,8
2	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	274	200	341
3	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	21	50	34,1
4	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	86,3	200	112,3
5	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	68,2	100	113,5
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	220	126,9	250	139,5
3	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	240	452,9	280	486,5
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	58,1	200	58,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
Второй вариант					
1	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МОРКОВЬЮ И ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	68,2	100	113,5
2	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	220	126,9	250	139,5
3	РИС ОТВАРНОЙ	150	209,3	180	251
4	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	90	157,3	100	175,3
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
8					

ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

Первый вариант					
1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	206		
2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	298,9		
3	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	22,1		
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	60,7		
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	60	120,1		
6	МОЛОКО	200	116,4		
Второй вариант					
1	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	136,4		
2	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	36,3		
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	170	233,5		
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	60,6		
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	60	120,1		
6	МОЛОКО	200	116,4		