



"СОГЛАСОВАНО"

Гимназия № 2  
 Директор МБОУ "СОШ № 1 г. Владивостока"

*Тимошина И.*  
*А. Шендрик*

"УТВЕРЖДАЮ"

Ген. директор ООО "Фуд-Логистраль"



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

7

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
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			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
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

		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	48,3	100	83
2	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	150	191,1	180	229,0
3	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ (П/Ф)	90/50	177,8	100/50	217,7
4	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	83,4	200	83,4
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	50	100	50	100
6	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	48,3	100	83
1	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	402,5	280	453,4
3	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	83,4	200	83,4
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	30	60,0
5	МОЛОКО	200	116,4		



Гимназия №2  
 Директор МБОУ "СОШ № 2, Владивостока"  
 И.А. Шендрик

"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	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	140	65,8	140	65,8
2	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	234,5	250	265,5
3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	10	75
4	КАКАО С МОЛОКОМ	200	81,6	200	81,6
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	50	100,3
6	Молоко	200	116,4		
Второй вариант					
1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	140	65,8	140	65,8
2	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	175	250	278,1
3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	10	75
4	КАКАО С МОЛОКОМ	200	82	200	81,6
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	50	100,3	50	100,3
6	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	54,6	100	91
2	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	220	153	250	174
3	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	240	465,2	280	542
4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	91,1	200	91,1
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
5	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
6					
Второй вариант					
1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	54,6	100	91
2	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	220	108,4	250	123
3	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	240	398,7	280	465,2
4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	20	40	200	91,1
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	69,7	30	61,1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	200	91,1	40	93,2

ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	60	7,8	100	14
2	ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	467	250	583,0
3	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	40	80,2	50	100,3
5	МОЛОКО	200	116,4		
Второй вариант					
1	ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ	60	7,8	100	14
1	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	240	574,8	280	670,0
2	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/7	45,1	200/7	45,1
3	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	60	120,1	60	120,1
4	МОЛОКО	200	116,4		