



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ФРУКТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	33,2	100	55,3
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	208,3	100	218,4
3	КАША МАННАЯ	200	204,5	250	275,3
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7	200	60,7
5	Молоко	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ФРУКТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	33,2	100	55,3
2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	60	208,3	100	218,4
3	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	228,5	250	287
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7	200	60,7
5	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (свежий)	60	39,2	100	56,6
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	220	147,7	250	163,5
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	122	180	145,8
4	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	24,7	50	24,7
5	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	231,3	100	220,5
6	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	99	200	99
7	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
8	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
<i>Второй вариант</i>					
1	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (свежий)	60	39,2	100	56,6
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	220	147,7	250	163,5
3	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	402,9	280	421,9
4	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	200	99	200	99
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
6	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	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	47	100	47,0
2	ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	467	200	467
3	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	53,7	200	53,7
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	50	100,0
5	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ)	100	47,0	100	47
2	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	90	298,9	100	332
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	208,4	180	245,9
4	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	53,7	200	53,7
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	30	60,2
6	МОЛОКО	200	116,4		



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

"УТВЕРЖДАЮ"

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



ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	140	65,8	140	65,8
2	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	273,5	200	341
3	СОУС МОЛОЧНЫЙ, СЛАДКИЙ	30	32	30	32
4	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	53,7	200	53,7
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	50	100,3	50	100,3
6	Молоко	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	140	65,8	140	65,8
2	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	256	250	417,3
3	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	54	200	54
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	50	100,3	50	100,3
6	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ)	60	50,7	100	84,5
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	220	137,7	250	145,9
3	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	90	159,8	100	241,3
4	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	245,5	180	170,7
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	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ)	60	50,7	100	84,5
2	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	220	137,7	250	146,9
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ	160	205,9	180	231,6
4	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ	120	247,6	130	236,4
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

ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	Котлета рыбная	90	123,5	100	145,1
2	Соус томатный	50	35,4	50	35,4
3	Масло (порциями)	15	112,5	15	112,5
4	Рис припущенный	150	191,1	180	246,2
5	Сок фруктовый	200	83	200	83
6	Батон школьный	30	60	30	60
7	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	Икра кабачковая (промышленного производства)	60	71,4	100	119
2	Макароны, запеченные с сыром	220	345,9	220	345,9
3	Сок фруктовый	200	83,4	200	83,4
4	Батон школьный	50	100,3	50	100,3
5	МОЛОКО	200	116,4		



Директор МБОУ СОШ № 1 г. Владивостока

2024



Ген. директор ООО "Фуд Магистраль"

Т.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	ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	200	281,5	250	426,8
3	КАКАО С МОЛОКОМ	200	81,6	200	81,6
4	Молоко	200	116,4		
Второй вариант					
1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	60	205,8	100	205,8
2	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	286	200	381,8
3	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	21	50	34,1
4	КАКАО С МОЛОКОМ	200	81,6	200	81,6
5	Молоко	200	116,4		
Обед		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	31,2	100	60
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	220	128	250	140,7
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	180	242,8	180	215,3
4	ГУЛЯШ ИЗ СВИНИНЫ	90	298,1	100	331,5
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	71,9	200	71,9
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
Второй вариант					
1	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	31,2	100	60
2	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (РИС)	220	128	250	140,7
3	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	192,5	180	165,6
4	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	90	192,3	100	213,7
5	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	71,9	200	71,9
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			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	Овощи натуральные свежие (огурцы)	60	7,8	100	14
2	Тефтеля мясная из п/ф.	90/50	177,8	100/50	217,7
3	Каша гречневая рассыпчатая	170	277,2	180	293,0
4	Чай с лимоном	200	45,1	200	45,1
5	Батон школьный	50	100	50	100,0
6	МОЛОКО	200	116,4		
Второй вариант					
1	Овощи натуральные соленые (огурцы)	60	7,8	100	14
2	Вареники из полуфабриката промышленного производства (картофель)	200	467	250	583,0
3	Чай с лимоном	200/7	45,1	200	45,1
4	Батон школьный	40	80,2	40	80,2
5	МОЛОКО	200	116,4		



Тимошина И.В.
 Директор МБОУ "СОШ № 1 г. Владивостока"

"УТВЕРЖДАЮ"

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



МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
Первый вариант					
1	БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ (ПОВИДЛО, ДЖЕМ)	60	139,5	120	110,4
2	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	234,5	250	265,5
3	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	61,5	10	75
4	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	200	61,5
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	30	60,2
6	Молоко	200	116,4		
Второй вариант					
1	БЛИНЧИКИ ФАРШИРОВАННЫЕ (ПОВИДЛО, ДЖЕМ)	60	139,5	120	110,4
2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (МОЛОЧНАЯ)	200	207	250	325,1
3	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	75	10	75
4	ЧАЙ С ШИПОВНИКОМ	200	61,5	200	61,5
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
Первый вариант					
1	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	48,3	100	80,6
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	220	98,9	250	107,7
3	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЛУКОМ	150	174,7	180	209,7
4	РЫБА, ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	90	197,6	100	223,1
5	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	91,1	200	91,1
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
7	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2
Второй вариант					
1	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	60	48,3	100	80,6
2	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	220	98,9	250	107,7
3	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	240	465,2	280	451,3
4	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	91,1	200	91,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	20	40	30	61,1
6	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	69,7	40	93,2

ВТОРОЙ ПРИЕМ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ

		Выход, г, энергетическая ценность			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
Первый вариант					
1	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	90	298,9	100	332
2	Макаронные изделия отварные	150	208,4	180	245,9
3	ЧАЙ ФРУКТОВЫЙ С ЯБЛОКОМ	200	53,6	200	53,6
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	60	120,1	60	120,1
5					
6	МОЛОКО	200	116,4		
Второй вариант					
1	Рыба, запеченная в молочном соусе.	90	174,4	100	193,0
2	Макаронные изделия отварные	170	236,4	200	279,5
3	Чай фруктовый с яблоком	200	53,6	200	53,6
4	Батон школьный	60	120,1	60	120,1
5	МОЛОКО	200	116,4		



Тимжарин
 Директор МБОУ "СОШ № г. Владивостока"
М.В.М.

"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

		Выход, г, энергетическая ценность			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
<i>Первый вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	71,4	100	119
2	ВАРЕНИКИ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА С КАРТОФЕЛЬНЫМ ФАРШЕМ	200	467	200	518,0
3	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7	200	60,7
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	40	80,2	40	80,2
5	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	71,4	100	119
2	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	90	181,2	100	201,0
3	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА С МАСЛОМ	150	239,3	180	296,2
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	60,7	200	60,7
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	30	60,0
6	МОЛОКО	200	116,4		



Согласовано: *Григорьев* "УТВЕРЖДАЮ"
 Директор МБОУ "СОШ № 1 г. Владивостока"



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	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		
Второй вариант					
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			
Первый вариант		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	120	236,4	130	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
Второй вариант					
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

		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	15	112,5	15	112,5
2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	123,5	100	145,1
3	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	35,4	50	35,4
4	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	143,9	180	177,8
5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	120,1	60	240
7	МОЛОКО	200	116,4		
Второй вариант					
1	Масло порциями	10	75	10	75
2	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	298,9	100	332
3	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	35,4	50	35,4
4	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	228,5	200	315,7
5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	30	60
7	МОЛОКО	200	116,4		