

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ "СОШ № 1 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	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	316,7
5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
6	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	30	60
7	МОЛОКО	200	116,4		

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МБОУ "СОШ № 1 г. Владивостока"

"УТВЕРЖДАЮ"

Ген. директор ООО "ФудЛабистраль"

Л.А. Алехеева

МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

7

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
Первый вариант		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		
Второй вариант					
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			
Первый вариант		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
Второй вариант					
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			
Первый вариант		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		
Второй вариант					
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		

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МБОУ "СОШ № 2 г. Владивостока"
 2024 г.

"УТВЕРЖДАЮ"
 Ген. директор ООО "Фуд-Магистраль"
 Д.А. Алексеева

МЕНЮ ОРГАНИЗОВАННОГО ПИТАНИЯ

ЗАВТРАК		Выход, г, энергетическая ценность			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (СВЕЖИЙ)	60	8,4	100	14
2	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	170	216,6	180	229,4
3	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	90	155,9	100	165,2
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	50	100,3
6	Молоко	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (СВЕЖИЙ)	60	8,4	100	14
2	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	206	180	186
3	ТЕФТЕЛЯ МЯСНАЯ С СОУСОМ	140	175	150	205,4
4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	45,1	200	45,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60,2	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	146,9
3	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	192	180	231,6
4	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	180,9	100	201
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 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	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	402,3	280	469
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			
<i>Первый вариант</i>		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
1	ФРУКТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	33,2	100	64
2	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	417,5	200	556
3	СОУС МОЛОЧНЫЙ СЛАДКИЙ	60	44,2	60	73,2
4	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	58,1	200	58,1
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	40	80,2	40	80,2
6	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	ФРУКТЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	60	33,2	100	64
2	Макароны, запеченные с яйцом	220	408,2	220	408,2
3	Компот из смеси сухофруктов.	200	58,1	200	58,1
4	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	120,4	60	240,0
5	МОЛОКО	200	116,4		

"СОГЛАСОВАНО"
 Директор МБОУ "СОШ № 1 г. Владивостока"
 16.05.2024 г.



"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	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		
<i>Второй вариант</i>					
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			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
<i>Первый вариант</i>					
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
<i>Второй вариант</i>					
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

		Выход, г, энергетическая ценность			
		7-11 лет	Ккал	12-18 лет	Ккал
<i>Первый вариант</i>					
1	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	206	180	254,9
2	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	90	298,9	100	332
3	СОУС ТОМАТНЫЙ	30	22,1	50	36,0
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200	60,7	200	60,7
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	30	60	50	100
6	МОЛОКО	200	116,4		
<i>Второй вариант</i>					
1	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	90	136,4	100	145,1
2	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	36,3	50	36,3
3	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	170	233,5	180	254,9
4	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15	60,6	200/15	60,6
5	БАТОН ШКОЛЬНЫЙ	60	120,1	60	120,1
6	МОЛОКО	200	116,4		



«СОГЛАСОВАНО»
 Директор МБОУ «СОШ № 1 г. Владивостока»
И.А. Мендрик

«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		