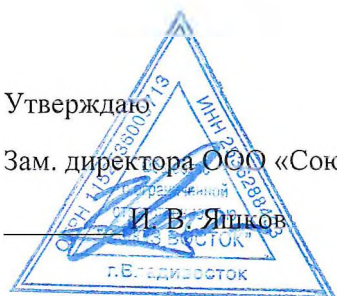


Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»



## МЕНЮ

Понедельник 1 день

Завтрак

| Наименование блюда | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Яблоко свежее      | 140                        | 65,8  | 140                     | 65,8  |
| Масло (порциями)   | 10                         | 75    | 15                      | 112,5 |
| Каша манная жидкая | 250                        | 255,4 | 250                     | 255,4 |
| Чай с сахаром      | 200                        | 41,1  | 200                     | 41,1  |
| Батон              | 50                         | 131   | 60                      | 157,2 |

Обед

| Наименование блюда                                | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход<br>10-15<br>лет, г. | Ккал  |
|---------------------------------------------------|--------------------------------|-------|---------------------------|-------|
| Овощи натуральные<br>свежие                       | 60                             | 8,4   | 100                       | 14    |
| Борщ из свежей капусты с<br>картофелем и с птицей | 200                            | 105,7 | 250                       | 132,5 |
| Тефтеля мясная                                    | 90/50                          | 287,2 | 100/50                    | 303,7 |
| Пюре из гороха с маслом                           | 150                            | 255,5 | 180                       | 306,6 |
| Компот из изюма                                   | 200                            | 71,4  | 200                       | 71,4  |
| Хлеб ржано-пшеничный                              | 40                             | 81,6  | 50                        | 102   |

Полдник

| Наименование блюда      | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-------------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Булочка с повидлом      | 100                        | 300,3 | 100                     | 300,3 |
| Чай с плодами шиповника | 200                        | 46,9  | 200                     | 46,9  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 9



## МЕНЮ

Вторник 2 день

Завтрак

| Наименование блюда      | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Бутерброд с сыром       | 70                             | 217,9 | 100                     | 325,9 |
| Каша «Дружба»           | 250                            | 271,2 | 250                     | 271,2 |
| Чай с сахаром и лимоном | 200                            | 42,8  | 200                     | 42,8  |

Обед

| Наименование блюда              | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал   | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал   |
|---------------------------------|--------------------------------|--------|-------------------------|--------|
| Салат витаминный (2<br>вариант) | 60                             | 59,1   | 100                     | 98,8   |
| Рассольник<br>ленинградский     | 200                            | 135,4  | 250                     | 169,8  |
| Котлеты рыбные                  | 100                            | 174,39 | 100                     | 159,9  |
| Пюре картофельное               | 170                            | 181,8  | 180                     | 192,6  |
| Компот из смеси<br>сухофруктов  | 200                            | 38,7   | 200                     | 38,7   |
| Хлеб ржано-пшеничный            | 100                            | 203,96 | 100                     | 203,96 |

Полдник

| Наименование блюда      | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-------------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Солнышко с джемом       | 100                        | 295,4 | 100                     | 295,4 |
| Компот из свежих плодов | 200                        | 66,7  | 200                     | 66,7  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Япков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 4



## МЕНЮ

Среда 3 день

Завтрак

| Наименование блюда      | Выход<br>6,5-<br>10лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-------------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Конфеты шоколадные      | 30                         | 160,9 | 30                      | 160,9 |
| Сырники из творога      | 150                        | 418,8 | 200                     | 558,4 |
| Соус молочный, сладкий  | 50                         | 52,2  | 70                      | 73,2  |
| Чай фруктовый с яблоком | 200                        | 45,7  | 200                     | 45,7  |
| Батон                   | 70                         | 183,4 | 80                      | 209,6 |

Обед

| Наименование блюда                         | Выход<br>6,5-<br>10лет, г. | Ккал   | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал   |
|--------------------------------------------|----------------------------|--------|-------------------------|--------|
| Винегрет овощной                           | 60                         | 52     | 100                     | 86,7   |
| Суп из овощей с птицей                     | 200                        | 89,4   | 250                     | 111,7  |
| Печень, тушенная в соусе                   | 100                        | 157,36 | 50/50                   | 139,9  |
| Макаронные изделия,<br>отварные, с овощами | 170                        | 237,75 | 180                     | 251,7  |
| Напиток из плодов<br>шиповника             | 200                        | 60,7   | 200                     | 60,7   |
| Хлеб ржано-пшеничный                       | 90                         | 183,56 | 90                      | 183,56 |

Полдник

| Наименование блюда             | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Печенье                        | 100                        | 276,7 | 150                     | 276,7 |
| Компот из смеси<br>сухофруктов | 200                        | 38,7  | 200                     | 99,6  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 4



## МЕНЮ

Четверг 4 день

Завтрак

| Наименование блюда            | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Яблоко свежее                 | 140                            | 65,8  | 140                     | 65,8  |
| Макаронны отварные с<br>сыром | 200                            | 296,2 | 250                     | 370,9 |
| Чай с сахаром                 | 200                            | 41,1  | 200                     | 41,1  |
| Батон                         | 50                             | 131   | 50                      | 131   |

Обед

| Наименование блюда               | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|----------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Салат из белокочанной<br>капусты | 60                             | 48,8  | 100                     | 81,3  |
| Суп с картофелем с<br>бобовыми   | 200                            | 142,9 | 250                     | 178,6 |
| Плов из птицы                    | 240                            | 462   | 280                     | 539,2 |
| Компот из яблок                  | 200                            | 47,8  | 200                     | 47,8  |
| Хлеб ржано-пшеничный             | 80                             | 163,2 | 80                      | 163,2 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Клубничная булочка | 100                        | 278,9 | 100                     | 278,9 |
| Чай с молоком      | 200                        | 88,8  | 200                     | 88,8  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Яшков  
ООО «СОЮЗ ВОСТОК»  
г. Владивосток

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 4



## МЕНЮ

Пятница 5 день

Завтрак

| Наименование блюда               | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|----------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Блинчики с маслом п/ф            | 60                             | 138,2 | 100                     | 230,3 |
| Соус яблочный                    | 30                             | 21,7  | 50                      | 36,1  |
| Каша рисовая молочная.<br>жидкая | 200                            | 230,8 | 250                     | 288,5 |
| Чай с плодами шиповника          | 200                            | 41,6  | 200                     | 41,6  |
| Батон                            | 40                             | 104,8 | 50                      | 131   |

Обед

| Наименование блюда                       | Выход<br>6,5-<br>10 лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|------------------------------------------|-----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Салат из свеклы с маслом<br>растительным | 60                          | 69,1  | 100                     | 115,5 |
| Суп картофельный с<br>клецками           | 200                         | 144,7 | 250                     | 180,9 |
| Азу                                      | 240                         | 380,4 | 280                     | 444,2 |
| Компот из смеси<br>сухофруктов           | 200                         | 38,7  | 200                     | 38,7  |
| Хлеб ржано- пшеничный                    | 80                          | 163,2 | 90                      | 183,6 |

Полдник

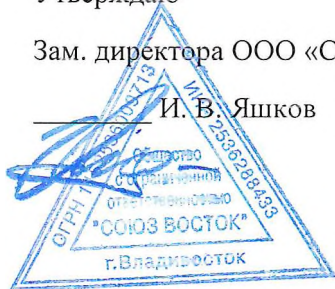
| Наименование блюда | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Вафли              | 150                        | 313,0 | 150                     | 313,0 |
| Напиток лимонный   | 200                        | 84,9  | 200                     | 84,9  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»



И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 1



## МЕНЮ

Понедельник 6 день

Завтрак

| Наименование блюда                 | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|------------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Бутерброд с сыром                  | 60                             | 191,7 | 100                     | 325,9 |
| Каша гречневая,<br>молочная вязкая | 250                            | 287,6 | 250                     | 287,6 |
| Чай с сахаром                      | 200                            | 41,1  | 200                     | 41,1  |

Обед

| Наименование блюда                       | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|------------------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Салат из свежих овощей                   | 60                             | 34,8  | 100                     | 58    |
| Свекольник                               | 200                            | 122,3 | 250                     | 153   |
| Гуляш из свинины                         | 90                             | 275,4 | 100                     | 305,5 |
| Макаронные изделия<br>отварные с овощами | 150                            | 209,7 | 180                     | 251,7 |
| Компот из свежих плодов                  | 200                            | 50,1  | 200                     | 50,1  |
| Хлеб ржано - пшеничный                   | 50                             | 102   | 60                      | 122,4 |

Полдник

| Наименование блюда  | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|---------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Карамельная булочка | 100                        | 300,3 | 100                     | 300,3 |
| Чай с повидлом      | 200                        | 88,8  | 200                     | 88,8  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 4



## МЕНЮ

Вторник 7 день

Завтрак

| Наименование блюда             | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Овощи свежие                   | 60                             | 8,4   | 100                     | 14    |
| Тефтеля мясная                 | 90/50                          | 304,6 | 100/50                  | 322   |
| Макаронные изделия<br>отварные | 150                            | 216,6 | 180                     | 259,9 |
| Чай с сахаром и лимоном        | 200                            | 42,8  | 200                     | 42,8  |
| Батон                          | 50                             | 131   | 60                      | 157,2 |

Обед

| Наименование блюда                       | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал   | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал   |
|------------------------------------------|--------------------------------|--------|-------------------------|--------|
| Салат витаминный (1<br>вариант)          | 60                             | 49,2   | 100                     | 82,1   |
| Борщ с капустой и<br>картофелем с птицей | 200                            | 105,7  | 250                     | 132,5  |
| Птица, тушенная в соусе<br>с овощами     | 250                            | 397,8  | 280                     | 445,8  |
| Компот из сушеных<br>фруктов             | 200                            | 38,7   | 200                     | 38,7   |
| Хлеб ржано- пшеничный                    | 100                            | 203,96 | 100                     | 203,96 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Печенье            | 150                        | 323,8 | 150                     | 323,8 |
| Компот из изюма    | 200                        | 76    | 200                     | 76    |

Заведующий производством \_\_\_\_\_

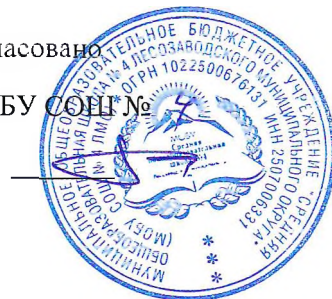
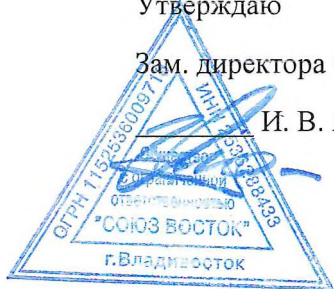
Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ № 4



## МЕНЮ

Среда 8 день

Завтрак

| Наименование блюда                | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-----------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Блинчики с маслом п/ф             | 60                             | 138,2 | 100                     | 230,3 |
| Каша овсяная «Геркулес»<br>жидкая | 250                            | 277,5 | 250                     | 277,5 |
| Чай фруктовый с яблоком           | 200                            | 45,7  | 200                     | 45,7  |
| Батон                             | 30                             | 78,6  | 50                      | 131   |

Обед

| Наименование блюда                  | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал   | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал   |
|-------------------------------------|--------------------------------|--------|-------------------------|--------|
| Салат «Степной» из<br>разных овощей | 60                             | 55,9   | 100                     | 93,1   |
| Рассольник<br>«Ленинградский»       | 200                            | 109,6  | 250                     | 137,1  |
| Котлеты рыбные                      | 100                            | 131    | 100                     | 131    |
| Рис отварной                        | 170                            | 237,4  | 180                     | 251,2  |
| Напиток из плодов<br>шиповника      | 200                            | 60,7   | 200                     | 60,7   |
| Хлеб ржано - пшеничный              | 100                            | 203,96 | 100                     | 203,96 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Булочка с повидлом | 100                        | 259,9 | 100                     | 259,9 |
| Напиток лимонный   | 200                        | 84,9  | 200                     | 84,9  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_



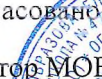
Утверждаю:  
Зам. директора ООО «С

И. В. Яшков

И. В. ЯШКОВ

Согласовано

Директор МОБУ СОШ №



Директор МОБУ СОШ №

Четверг 9 день

Четверг9 день

## Завтрак

| Наименование блюда                        | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|-------------------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Яблоко свежее                             | 140                            | 65,8  | 140                     | 65,8  |
| Вареники<br>промышленного<br>производства | 200                            | 464,8 | 250                     | 580,9 |
| Чай с сахаром                             | 200                            | 41,1  | 200                     | 41,1  |
| Батон                                     | 40                             | 104,8 | 60                      | 157,2 |

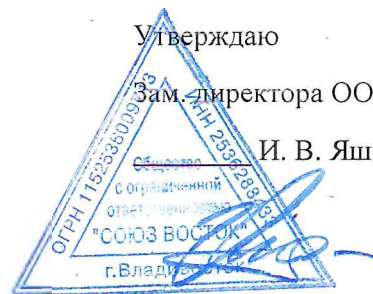
Обед

| Наименование блюда                    | Выход<br>6,5-<br>10лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|---------------------------------------|-------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Салат из свеклы с маслом растительным | 60                            | 69,1  | 100                     | 115,5 |
| Суп картофельный с горохом            | 200                           | 143,6 | 250                     | 179,5 |
| Оладьи из печени                      | 90                            | 190,8 | 100                     | 210,4 |
| Соус томатный                         | 50                            | 61    | 50                      | 61    |
| Макаронные изделия отварные           | 150                           | 203,5 | 180                     | 244,2 |
| Компот из свежих плодов               | 200                           | 47,8  | 200                     | 47,8  |
| Хлеб ржано-пшеничный                  | 60                            | 122,4 | 80                      | 163,2 |

## Полдник

| Наименование блюда             | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|--------------------------------|----------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Солнышко с джемом              | 100                        | 301,1 | 100                     | 301,1 |
| Компот из смеси<br>сухофруктов | 200                        | 38,7  | 200                     | 88,8  |

Заведующий производством \_\_\_\_\_



Утверждаю

Зам. директора ООО «Союз Восток»

И. В. Яшков

Согласовано

Директор МОБУ СОШ №



## МЕНЮ

Пятница 10 день

Завтрак

| Наименование блюда               | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|----------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Бутерброд с сыром                | 100                            | 325,9 | 100                     | 325,9 |
| Суп молочный с рисовой<br>крупой | 250                            | 184,4 | 300                     | 221,3 |
| Чай с сахаром и лимоном          | 200                            | 42,8  | 200                     | 42,8  |

Обед

| Наименование блюда                 | Выход<br>6,5-<br>10 лет,<br>г. | Ккал  | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал  |
|------------------------------------|--------------------------------|-------|-------------------------|-------|
| Салат из свежих сезонных<br>овощей | 60                             | 60,1  | 100                     | 99,9  |
| Суп «Любительский»                 | 200                            | 133,5 | 250                     | 167,1 |
| Котлеты, биточки,<br>шницели       | 90                             | 308   | 100                     | 342,2 |
| Соус томатный                      | 50                             | 61    | 50                      | 61    |
| Каша гречневая<br>рассыпчатая      | 150                            | 242,4 | 180                     | 290,9 |
| Компот из смеси<br>сухофруктов     | 200                            | 38,7  | 200                     | 38,7  |
| Хлеб ржано- пшеничный              | 60                             | 122,4 | 80                      | 163,2 |

Полдник

| Наименование блюда | Выход<br>6,5-10<br>лет, г. | Ккал | Выход 10-<br>15 лет, г. | Ккал |
|--------------------|----------------------------|------|-------------------------|------|
| Вафли              | 150                        | 313  | 150                     | 313  |
| Чай с лимоном      | 200                        | 43,8 | 200                     | 43,8 |

Заведующий производством \_\_\_\_\_